1
Med. 525

Vernünftige

Anweisung

zu

einem langen und gesunden

Leben.

Von

Johann Gottfried Essich,
der Arzneywissenschaft Doctor,
nud des medicinischen Collegiums zu Augsburg
Assessor.

Augsburg,
bey Matthäus Riegers sel. Söhnen.
1784.

Vorrede.

Was kann nebst Religion und Tugend wichtiger seyn, als eine wahre dauerhafte Gesundheit? --- Sind wir aber auch bedacht, dieses einzige edelste Pfand, dessen wir uns in unserem mit Kummer und Elend überhäuften Leben billig zu erfreuen haben, dieses so theure Geschenk der Natur zu erhalten! --- Nein! --- Sondern wir geben uns im Gegentheil alle nur mögliche Mühe, unserer Natur Trotz zu bieten, und dieselbe theils den verderblichen und lasterhaften

Ausschweifungen, ja wohl gar dem Eigensinne aufzuopfern.

Die unvernünftigen Thiere weichen nicht gerne von den Gesetzen und den Trieben der Natur, und sind dabey gesünder, als wir; aber die vernünftigen Thiere, die Menschen, sind in diesem Stücke leider wie in vielen andern Nebensachen, durch unnatürliche Künste von einer Zeit zur andern so verwirrt worden, daß sie meistens nicht anders, als mit vieler Mühe, die Wege zu der lautern und gesunden Einfalt aufsuchen können. --- Alle Vorschläge aber zur Verbesserung des gemeinen Wohlstandes werden vielleicht vergeblich seyn, so lange es uns an den nothwendigsten Mitteln, sie auszuführen, fehlt, nämlich an --- Menschen.

Sollte nun eine Abhandlung von der Erhaltung der Gesundheit, und von

den Mitteln, wodurch man den übeln Folgen vorbauen kann, von meinen und andern Mitbürgern nicht mit Vergnügen aufgenommen werden? --- Ich dächte --- Ja! Und in dieser schmeichelhaften Hofnung will ich es auch wagen, alle Feinde unserer Gesundheit, welche wir durch unsere theils übel eingerichtete, theils aber auch höchst verderbliche und lasterhafte Lebensart ernähren, so viel möglich aufzudecken, und ins helle Licht zu setzen; indem ich leider während meiner vierzehnjährigen ausübenden Arzneywissenschaft, nur zu wohl beobachtet habe, in wie weit diese Lebensart auf die unzählbaren Krankheiten einen Einfluß haben kann.

Daß diese meine Arbeit nicht von allen mit gleichen Gesinnungen wird aufgenommen werden, kann ich mir nur zu gut vorstellen; vielleicht aber werden

doch einige wahre Hausväter und Hausmütter diese Abhandlung mit Vergnügen lesen, mir Dank zurufen, und sie als eine aufrichtige Gesinnung für das Wohl meiner Mitbürger betrachten, um dem Schwall der heut zu Tag immer mehr und mehr überhand nehmenden Uebel und Laster einen Damm entgegen zu setzen. Diejenigen aber, welchen die Vorurtheile, die übeln Gewohnheiten und Ausschweifungen aus Eigensinn zur andern Natur geworden sind, werden wohl diese Abhandlung als ein lächerliches Luftschiff betrachten, und denken: „Der Arzt mag schreiben, was „er will, wenn ich meine Lebensart „nach seinen Regeln einrichten müste, „so wäre ich ein rechter Sklav meiner „Gesundheit; ich wollte lieber nicht le„ben, als mich so elend an die sklavi„sche Lebensart binden.„ Vorausgesetzt, daß eine vernünftige Lebensart ge-

rade

rade das Widerspiel des weichen Lebens und der Schwelgerey ist, und daß sich diese zwey schwerlich oder gar nicht zusammen reimen: haben dergleichen unvernünftig denkende Personen vollkommen recht. --- Aber in wie weit eine ordentliche und der Gesundheit des Menschen angemessene Lebensart eine Sklaverey zu nennen sey, will ich ihnen gleich beweisen.

Sehr oft geschieht's, daß ein wohlmeynender Arzt seinen Anverwandten und Bekannten eine ordentliche Lebensart anpreißt, sowohl in Anbetracht der Nahrungsmittel, als auch aller übrigen Verrichtungen des Körpers; er beweißt ihnen sogar das Gegentheil durch bedauernswürdige Beyspiele. --- Was für einen Nutzen hat er sodann davon zu erwarten? --- Man hält Seine Worte nur insofern in Ehren, als es die ein-

gewurzelten und zur andern Natur gewordenen Gewohnheiten zugeben; inzwischen entstehen doch auf diese Art zerschiedene Krankheiten, welche der wohlmeynende Arzt, ungeachtet seiner größten Bemühung und Sorgfalt nicht allezeit lindern, und nur selten vollkommen heilen kann. --- Wohl ihnen alsdann, wenn sie so gerecht seyn, die öffentliche demüthigende Bekenntniß abzulegen, und zu sagen: „Wir verdienen diese Züchtigung, wir haben unserer Natur Gewalt angethan, wir haben unsere Gesundheit zerstöret, wir haben den heilsamen Ermahnungen unseres Arztes kein Gehör gegeben, und nun bleibt uns vor unsern Ungehorsam das Leiden, die Schmerzen übrig. --- Aber unter tausend thun's kaum zehen.

Ich läugne gar nicht, daß unserer Wissenschaft noch sehr viel mangelt, um das-

dasjenige zu seyn, wofür sie der Kurzsichtige hält; und daß wir noch nicht so glücklich gewesen, jene goldene Tafel zu entdecken, worauf das ohnfehlbare Mittel vor alle und jede Krankheiten geschrieben steht. Aber ich weiß auch nur gar zu wohl, daß aus solcher Lebensart so verworrene und hartnäckige Krankheiten entstehen können, daß sie der geschickteste und erfahrenste Arzt nicht allemal heilen kann.

Untersucht man noch überdies den Einfluß, den ihre Lebensart auf so viele unschuldige Opfer --- auf ihre Kinder hat, so möchte einem vollends die Haut schaudern! Ueberzeugt uns nicht die leidige tägliche Erfahrung, was für jammervolle Krankheiten aus der Weichlichkeit, Schwelgerey, Selbstbefleckung, und andern lasterhaften Ausschweifungen entstehen, welche auf alle auch noch so wirksame

 Hülfs-

Hülfsmittel nicht weichen, und die armen unschuldigen Kinder mit den kläglichsten Folgen derselben martern? --- In der Folge werde ich zeigen, was für Uebel sowohl der Mutter selbst, als auch dem Kinde aus solchen verderblichen Gewohnheiten und lasterhaften Ausschweifungen zustoßen können; wiewohl ich zum voraus leicht einsehe, daß sich die der Weichlichkeit und Wohllust zu sehr ergebene Mütter und Väter wenig oder gar nicht an diese meine vorzutragende heilsame Vorstellungen kehren, und ihre einmal angenommene verderbliche und lasterhafte Lebensart zu ihrem eigenen und ihrer Kinder Nutzen ändern werden.

O möchten doch alle Einwohner grosser Städte und besonders meine Mitbürger alles dieses recht beherzigen, und alle üble Gewohnheiten, lächerliche Vorurthei-

urtheile, lasterhafte und verderbliche Ausschweifungen aus ihrer Lebensart verbannen! --- Alle erfahrne und von allem Eigensinne befreyte Aerzte werden die übeln Folgen hievon leider noch lange heimlich beseufzen, und leicht einsehen, daß noch viele Kräuter aus dem Pflanzenreiche entdecket werden müssen, ehe und bevor wir dasjenige finden, welches die von Jugend auf in dem Körper verursachten, und durch lange Jahre zur Natur gewordenen verderblichen Unordnungen heilen kann. --- Wir werden aber leider kein solches Mittel finden --- --- ---

Indessen werde ich, so viel als mir nur immer möglich, nichts unangemerkt lassen, was ich in unserer Lebensart anstößiges oder verderbliches finde; ich werde alle Fehler derselben ernstlich vorzutragen suchen, auch sogar kleine Feh-

ler

ler in der Erziehung der Kinder anmerken, welche öfters selbst von Aerzten nicht geachtet werden, und dennoch oft sehr üble Folgen nach sich ziehen; welche gemeiniglich nur darum beybehalten werden, weil sie die Mütter von den Grosmüttern als ein Familienrecht erlernet haben; -- und ein jeder soll meine Erfahrung, und die daraus gezogenen Vernunftschlüsse beurtheilen. Wie unaussprechlich glücklich werde ich mich schätzen, wenn ich einige Folgen meiner unternommenen Arbeit beobachten werde! Es wird die beste Belohnung seyn, welche ich wünschen und erwarten kann.

Inhalt
der
Abhandlungen und Abtheilungen.

Erste Abhandlung.

Von der allgemeinen Lebensart der Jugend und erwachsenen Personen. Seite 1

Erste Abtheilung.

Von der Wohnung. 3

Zwote Abtheilung.

Von der Kleidung. 9

Dritte Abtheilung.

Von der Nahrung. 20

Vierte Abtheilung.

Von der Bewegung. 31

Fünfte Abtheilung.

Von den übeln und schädlichen Gewohnheiten. 38

Erster Abschnitt.

Von den übeln Gewohnheiten der Schwangern und Sechswöchnerinnen. 39

Zwo=

Inhalt.

Zwoter Abschnitt.

Von den sogenannten universal Heilmitteln. 47

Dritter Abschnitt.

Von dem Misbrauch des Aderlassens. 49

Vierter Abschnitt.

Von dem Nachtheile des vielen Sitzens. 50

Fünfter Abschnitt.

Von dem Misbrauch derFerngläser. 51

Sechster Abschnitt.

Von der Schädlichkeit der Haarsalben und wohlriechenden Wassern. 53

Siebenter Abschnitt.

Von der Schädlichkeit der mit Gewürz und Zucker bereiteten Zeltlein. 54

Achter Abschnitt.

Von der Schädlichkeit des Anstrichs. 56

Zwote Abhandlung.

Von ein und andern herrschenden lasterhaften und verderblichen Ausschweifungen. 58

Erste Abtheilung.

Von der Trunkenheit. 59

Zwote Abtheilung.

Von dem allzu delikaten Essen und Trinken. 71

Dritte Abtheilung.

Von der unerlaubten Liebe und Selbstbefle-
ckung. 80

Vierte Abtheilung.

Vom Müßiggang. 95

Fünfte Abtheilung.

Von der Verschwendung. 108

Sechste Abtheilung.

Vom Geiz, Ehrgeiz, und der Habsucht. 112

Dritte Abhandlung.

Von den allgemeinen Uebeln, welchen die Menschen in Beziehung auf den Dunstkreis ausgesetzt sind. 121

Erste Abtheilung.

Von der Begräbniß der Todten. 132

Zwote Abtheilung.

Von den Mistgruben. 135

Dritte

Dritte Abtheilung.

Von denjenigen Plätzen, wo gemeiniglich ein und andere Viktualien verkaufet werden. 130

Vierte Abtheilung.

Von dem Vergolden und dergleichen Arbeit. 137

Fünfte Abtheilung.

Von ein und andern die Luft verunreinigenden Handarbeiten. 138

Sechste Abtheilung.

Von dem Staube. 139

Siebente Abtheilung.

Von den gähen Abwechslungen der Luft. 141

Erste Abhandlung.

Von der allgemeinen Lebensart der Jugend und erwachsenen Personen.

Sobald das von gesunden Aeltern erzeugte Kind nach und nach zu wachsen anfängt, so giebt man sich alle nur mögliche Mühe, dessen Gesundheit dem Eigensinne Preis zu geben. — Alle, von einer aufgestellten Modekrämerinn, oder einem privilegirten Neuerungsgeiste, den Tag über ausstudirte, und in der darauf folgenden Nacht im Traume ausgeheckte neueste Moden müssen an dem armen Kinde sogleich ausgeführet werden. — Ob aber eine solche verdammte Mode der Natur des Kindes angemessen, ob sie gute oder üble Folgen nach sich zieht, den Körper zu verschiedenen Krankheiten vorbereitet, darum bekümmert man sich wenig: — genug, es ist Mode — es ist etwas neues — und es gefällt. —

Macht ein wohlmeynender Arzt hierüber eine Ausstellung, und beweißt aus natürlichen Gründen, daß ein oder das andere Uebel daraus entstehen kann, so pflegt man ihn entweder heimlich oder öffentlich auszulachen, oder aber wenn man noch so gnädig ist, es aus Achtung vor seine Person nicht zu thun, so führt man gleich andere Kinder an, mit welchen das nämliche geschah, und die doch gesund sind, als ob alle Kinder eine gleich starke Natur hätten; und kann man denn so ganz gewiß behaupten, daß dieser Misbrauch nicht schädlich gewesen, oder es nicht künftighin werden kann? Wie viele Mühe giebt sich nicht der rechtschaffene Arzt, um über eine einem Kinde zugestoßene Krankheit recht nachzudenken, und die wahre Ursache derselben zu ergründen, wie oft ermüdet er nicht seinen Kopf mit Nachdenken vergebens über einen gähen Todesfall eines Kindes, da indessen die Aeltern oder Anverwandten vielleicht aus Furcht eines verdienten Vorwurfes dieselbe verhelen, und ihre unbesonnene Handlungen zu spät beseufzen, wenn sie anders noch so viel Gerechtigkeitsliebe besitzen, sich einzig und allein die Schuld beyzumessen, und den Arzt mit ihren heimlichen oder öffentlichen Schmähungen zu verschonen. Ich will zugeben, daß es mögliche Fälle giebt, wo man dem Arzt vielleicht einige Schuld beymessen könnte, aber — wohl gemerkt — das kann nicht ein jeder nur so obenhin beurtheilen. — Die Aerzte haben zerschiedene Hülfsmittel, deren sie sich als Schilde wider alle Anfälle der

beis=

beißenden Beurtheilung bedienen können: ihre Wissenschaft, die daraus hergeleiteten untrüglichen Vernunftschlüße, die Rechtfertigung ihrer Kurmethode durch die Meynung so vieler Männer, welche der Ruhm unsterblich gemacht hat, Nebensachen und Zufälle von Seiten der Anverwandten, welche nur gar zu oft etwas unternehmen, was dem Kranken mehr schädlich als nützlich seyn kann, und dann zulezt, was alles entscheidet, — der Wille des Allmächtigen. Dies, glaube ich, sind Hülfsmittel genug für einen rechtschaffenen Arzt, welcher sich genöthiget sieht, seine gemachte Kurart zu rechtfertigen; Uebrigens werde ich meine Leser in den nachfolgenden Abtheilungen hinlänglich überzeugen, daß die Aerzte nicht allemal so glücklich in ihren Kuren seyn können, als sie wünschen.

Die Gegenstände der nachfolgenden fünf Abtheilungen werden die Wohnung, Kleidung, Nahrung, Bewegung, und endlich die übeln und schädlichen Gewohnheiten seyn.

Erste Abtheilung.

Von der Wohnung.

Weil ein jedes wildes unvernünftiges Vieh sich Mühe giebt, eine Höhle ausfindig zu machen, um sich darinn vor dem Anfall der rauhen Witterung zu schützen, so haben auch von jeher die Menschen sich außerordentlich beflißen,

einen Ort zu ihrer Bequemlichkeit und Sicherheit auszusinnen. Es ist wahr, man hat es heut zu Tage in Anbetracht der Bequemlichkeit der Wohnungen sehr weit gebracht; allein ein fleißiger Beobachter findet doch noch immer Stof genug, etwas daran auszustellen.

Erstens sind die Wohnungen oft sehr feucht und naß. Dieser Fehler mag nun entweder von den zum Bau verwendeten sogenannten Wassersteinen, oder von einem durch die Mauer laufenden Kanal herrühren, oder aber von einem Fehler am Dach seinen Ursprung nehmen, wann nämlich das Wasser bey sich ereignendem Schnee- oder Regenwetter sich zwischen die Mauer setzt, so sind und bleiben doch dergleichen neugebaute, oder feuchte Wohnungen allemal sehr schädlich. — Sie bleiben deswegen schädlich, weil der Dunstkreis des Zimmers mit einer solchen wäßrigen Ausdünstung angefüllet wird, wodurch den Bewohnern eines solchen Zimmers oder Hauses die Schweißlöcher der Haut geschlossen werden, und die so höchst nöthige unmerkliche Ausdünstung ihres Körpers unterdrücket wird, welches sodann zu verschiedenen Gliedersuchten, Kopf- und Zahnschmerzen, und mehr andern von der unterdrückten Ausdünstung ihren Ursprung nehmenden Krankheiten Gelegenheit geben kann.

Zweytens sieht man sich genöthiget, besonders in großen Städten, wo der Zusammenfluß der Einwohner ohnehin sehr groß, und es fast un-

unmöglich ist, daß eine jede Wohnung die erfoderliche Bequemlichkeit haben kann, um den Platz in die Weite zu ersparen, die Häuser desto höher zu bauen, wie man denn auch Häuser genug antrifft, wo drey, vier und mehrere Stockwerke sind. Da nun diejenigen Personen, welche die höheren Stockwerke bewohnen, wegen ihrer Beschäftigungen mehrmalen des Tages so viele Treppen steigen müssen, so ist es ja ganz natürlich, daß die Brust bey dem vielen Steigen vieles leiden und endlich geschwächt werden muß, woraus sodann verschiedene Brustkrankheiten, besonders aber die Dörr- und Lungensucht ihren Ursprung nehmen können.

Drittens ist in vielen großen Städten, besonders aber auch hier der übel ausgedachte Gebrauch eingeführt, die Zimmer mit weißen Sand auszureiben, um sie zu säubern: dieses kann zu Augenentzündungen und zu der Lungensucht Anlaß geben. Denn wenn der Sand trocken wird, so wird er leicht durch die mindeste Bewegung der Luft, welche vom Hin- und Hergehen gemacht wird, in die Höhe gehoben, und damit vermischet. Setzt sich nun ein solcher Staub in die Augen, so erfolgt ein Brennen und ein Schmerz in den Augen, wornach diese ziemlich entzündet werden; legen sich aber solche Stäubgen in die Luftröhre oder Lunge an, so können diese ja natürlich einen Reiz verursachen, weswegen die Natur unsers Körpers das Husten erwecket, um sich davon zu befreyen. Wenn

nun die Theile von diesen Stäubgen nicht befreyet werden, so muß nothwendig das anhaltende Husten die Lunge nach und nach entweder schwächen, und die Verkochung des Geblüts für den ganzen Körper verhindern, woraus der Abgang der Nahrung oder die Dörrsucht entsteht; oder dieser beständige Reiz verursacht verschiedene kleine Entzündungen in der Lunge, woraus so viele kleine Geschwüre entstehen können, welche mit der Zeit größer werden, endlich einen Eitersack ausmachen, und also entweder durch den Uebergang dieses Eiters ins Geblüt dasselbe auflösen und verderben, oder durch ein gähes Zerreißen dieses Eitersacks den Tod befördern.

Viertens kann man auch die mit Wachs überzogenen Fußböden mit Recht tadeln. Sehr viele Personen klagen ein Brennen der Fußsohlen, wenn sie lang auf solchen Böden herum gehen und stehen müssen: kann man hieraus nicht mit Recht schließen, daß durch dieses Brennen, welches eine stärkere Bewegung der festen und flüßigen Theile anzeigt, die Füße mit der Zeit geschwächet werden, wodurch also die festen Theile so erschlaffen, daß sich jene Säfte dazwischen aufhalten müssen, welche sie im natürlichen Stande durch ihre Bewegung fortgetrieben hätten, und folglich nach und nach eine Geschwulst, auch, wenn scharfe Säfte im Körper vorhanden sind, Geschwüre verursachen können. Zudem sind auch noch dergleichen Fußböden für viele Personen wegen des Fallens sehr

gefähr-

gefährlich, indem man viele Beyspiele von solchen Fällen anführen kann, welche die übelsten Folgen nach sich hätten ziehen können.

Fünftens ist die Auslüftung und Säuberung der Wohnung bestmöglichst zu befördern. Nichts ist schädlicher als eine mit übeln und stinkenden Ausdünstungen angefüllte Luft: folglich kann ein jeder leicht hieraus schließen, wie unvernünftig jene Personen handeln, welche das ganze Jahr kein Fenster öffnen, und die stinkende Luft unaufhörlich einathmen müssen, welche nicht allein von der Ausdünstung der Körper und andern Sachen angestecket, sondern auch noch um ein ziemliches durch den Abtritt, wo der Mensch seine Nothdurft verrichten muß, vermehret wird. Man muß daher besonders im Winter die Luft in den Wohnungen fleißig säubern, und hierzu ist nichts dienlicher, als ein brennendes Feuer von Wachholderholz, weil dieses einen angenehmen Geruch verbreitet, und das offene Feuer zugleich die übeln Ausdünstungen am besten verzehret.

Sechstens muß man das starke Erhitzen der Zimmer gleichfalls vermeiden, indem dadurch nicht nur die festen Theile des Körpers zu sehr erschlaffen, sondern auch die Ausdünstung desselben zu viel befördert wird; und wenn nachgehends beym Ausgehen der Körper der feuchten oder kalten Luft ausgesetzet wird, so können, wie es im Früh- oder Spätjahr bey der gähen Ab-

wechslung des Dunstkreises zu geschehen pflegt, verschiedene Flußfieber oder Entzündungsfieber daraus entstehen. Auch muß man sich sorgfältig hüten, wenn man etwa zu lang in der Kälte gewesen, sogleich an den heißen Ofen zu treten; indem dadurch das Gefrör des Gesichtes oder der Hände und Füße befördert wird.

Siebentens sind auch die mit vielen Federn angefüllte Better sehr schädlich. Denn die vielen Federn sowohl in dem Bette, als auch die großen mit den feinen Federn angefüllten Bettdecken erhitzen den Körper allzusehr, wodurch theils die festen Theile des Körpers zu sehr erschlaffet werden, theils der Umlauf des Geblüts zu sehr befördert wird, folglich der feinere Theil desselben durch den Schweiß verlohren geht, und der Körper zu verschiedenen langwierigen Krankheiten vorbereitet wird. Eben so sehr ist auch der Gebrauch der Sitze, welche mit Federpolstern bedecket sind, zu misbilligen, hauptsächlich vor diejenigen, welche eine sitzende Lebensart führen. Denn die hintern Theile werden dadurch zu viel erhitzet, und da ohnehin die scharfe Unreinigkeit des Körpers sich hier sammlet, so ist es auch ganz begreiflich, wie leicht die Gefäße geschwächet und ausgedehnet werden, worinn sich das dickere Geblüt nach und nach sammeln, Geschwüre und den goldenen Aderfluß verursachen kann.

Achtens pflegt man besonders in bemittelten und vornehmen Häusern in den Zimmern

zers

zerschiedene Gefäße mit wohlriechenden Blumen, Kräutern, Gewürz, Ambra, Bisam und dergleichen anzufüllen, oder mit einem wohlriechenden Geiste die Zimmer täglich auszuräuchern, um einen angenehmen Geruch darinn zu machen. Die täglichen Beyspiele beweisen uns hinlänglich die Schädlichkeit dieser Gewohnheit, denn durch dergleichen Gerüche werden nicht nur die Nerven beständig gereitzet und angespannt, und folglich auch vor der Zeit zu sehr geschwächet, woraus Schwindel, Kopfschmerzen, Schlagflüße und mehrere Zufälle entstehen können, sondern es ist anbey auch noch zu befürchten, daß ein mit Mutterkrämpfungen behäftetes Frauenzimmer in einem solchen Zimmer die heftigsten Anfälle ihrer Krankheit bekommen kann.

Zwote Abtheilung.

Von der Kleidung.

So frey das Kind neun Monate in der Gebährmutter schwebte, und doch das schönste Verhältniß aller Glieder behielt, so sehr ist man beflissen gleich nach der Geburt das Kind mit verschiedenen Binden und Windeln zu fesseln. Ich würde von allem diesen nicht das mindeste sagen, wenn es auf eine solche Art geschähe, daß dem Kinde nichts widriges dadurch begegnen könnte. Allein das daraus entspringende viele Unheil, zwingt mich, meine Leser vor dieser schädlichen Behandlung zu warnen.

Gleich nach der Geburt umwickelt man das arme Kind mit so vielen Binden, daß das Kind recht steif und nett aufgepuzt da liegt, aber auch kaum schnaufen kann, und der Himmel sey dem gnädig, welcher daran etwas auszustellen hat.

Die erste schlimme Folge hievon ist die üble Verkochung der Säfte. Zur Verkochung der neuen Nahrung wird nicht allein eine gute Verhältniß aller Theile des ganzen Körpers, sondern auch die natürliche Bewegung desselben erfodert. Die tägliche Erfahrung überzeugt uns, daß erwachsene Personen hauptsächlich bey jetziger schädlicher Modetracht, wo alles am Körper recht angezwungen seyn muß, nach eingenommenen Mittag- oder Abendessen, wo man die Wohlanständigkeit nicht so sehr zu beobachten hat, gleich zu zeigen pflegen, wo sie der Zwang am meisten quält: einige Knöpfe der Weste werden aufgemacht, der Schnürriemen beym Frauenzimmer wird nachgelassen, damit sie desto leichter athmen können, weil sie hiedurch die Ausdehnung der Brust und des Unterleibs befördern. Warum aber gestattet man dem armen Kinde, welches seine Noth noch nicht klagen, und sich selbst helfen kann, nicht jene Bewegung, welche ihm die Natur selbst verschaffte? Ich meyne die Bewegung der Brust, des Zwergfells, und des Unterleibes, welche durch die feste Umwiklung des Körpers mit einer breiten Binde verhindert wird, da das Kind doch sonst keine andere Bewegung des Körpers machen kann, als eben diese.

Die

Die zweyte Folge ist die Verstopfung der Drüsen im Unterleibe, die Versammlung der überflüßigen Säfte an verschiedenen Orten des Körpers, als in der Gehirnhöhle, in der Brusthöhle, in der Bauchhöhle. Es ist ja nicht schwer zu begreifen, daß durch solches Einwickeln des Körpers mit den Binden das dem Körper so höchst nöthige Gleichgewicht gestöret werden muß; die von der Natur in allen Theilen des Körpers zu vertheilende Masse der Säfte kann nicht verhältnißmäßig ausgetheilet werden, sobald ein Theil des Körpers durch äußerliche Umwicklungen mehr und stärker zusammen gedrücket wird als der andre, und daher entstehen die vielen Uebel, an welchen jährlich so viele Kinder sterben. Daß übrigens dergleichen Uebel im ersten Monate erfolgen müßen, ist freylich nicht allemal nothwendig, genug wenn auf solche Art der Grundstein zu solchen Uebeln geleget wird, welche nichtsdestoweniger früh oder spät ausbrechen.

Die dritte üble Folge ist der Bruch, welchen man bey so vielen Kindern beobachtet. Es ist ganz natürlich, wenn der Oberleib und Bauch des Kindes mit einer breiten Binde umwunden wird, so kann der Schmerbauch sich bey eingenommenen Speisen, oder bey einem großen Geschrey des Kindes nicht ausdehnen, welches doch nothwendigerweise geschehen muß. Weil nun der Unterleib sich wegen des festen Einwickeln nicht ausdehnen kann, auch die darinn enthaltenen Eingeweide sich nicht aufwärts gegen den

Ober-

Oberleib, weil dieser ebenfalls umwunden ist, ausbreiten können, so folget nothwendig hieraus, daß die Gedärme abwärts gegen das Becken gedrücket werden; hier ist nun der kleinste Widerstand, denn der Bauchring, wodurch die Saamengefäße bey den Knäblein und die runden Mutterbänder bey den Mägdlein hinausgehen, muß sich also ausdehnen, die gepreßten Gedärme mit dem Darmfell treten aus der innern Höhle des Bauches in diese Oeffnung, und es entsteht ein Bruch, welcher das Kind schon so frühzeitig zum Krüppel macht.

Die vierte schlimme Folge ist der ungleiche Wuchs des Körpers. Unter allen Gattungen lebendiger Geschöpfe, deren so viele Millionen mehr auf der Welt sind, als Menschen, wird man gewiß nicht so viele ungleich gewachsene und bucklichte antreffen, als unter den ädelsten der Geschöpfe allein. Eine Betrachtung, die uns billig beschämen, und hinlänglich überzeugen muß, wie tief wir uns im Nebel der Ungereimtheit durch unser unzeitiges Klügeln versenken? Wir erfahren und sehen täglich die harten Strafen der Natur an so vielen elenden Menschen, welche ihre kummervollen Tage mit Jammern dahin bringen, weil ihr Körper von ihren Wärterinnen in der Jugend so grausam durch das feste Einwickeln ist mishandelt worden. Wir beschäftigen uns verschiedene Maschinen auszusinnen, um einen schönen Wuchs des Körpers zu befördern, da am Ende eine schief gewachsene,

buck-

bucklichte Gestalt unsere Arbeit belohnet, und leider aber zu spät erkennen wir alsdann unsere Unbesonnenheit, wenn wir anders noch so gerecht seyn wollen, dieses einzugestehen — Man umwickle demnach das Kind mit den gehörigen Binden, aber geraumig und bescheiden, damit es die nothwendige Bewegung machen kann.

Uebrigens ist mir gar wohl bekannt, daß auch viele Kinder bucklicht oder einseitig werden aus dummer Unachtsamkeit der Kindsmägde und Dienstmägde; wenn nämlich das Kind ein wenig gehen kann, so geschieht es oft, daß dasselbe einen Fehltritt macht, und fallen könnte, damit es also nicht fällt, so reißen diese das arme Kind mit einer Hand in die Höhe, wodurch freylich oft geschieht, daß das Schulterblatt durch das gewaltsame Reißen aus seiner natürlichen Lage verrücket wird, weil die noch zarten weichen Theile zur Befestigung desselben gar zu heftig ausgedehnet werden, so kann das Kind nach und nach schief wachsen. Auch kann dieses durch einen Fall oder Stoß des Kindes geschehen, wodurch die Rückgradwirbelbeine aus ihrer natürlichen Lage kommen können, ingleichem von der englischen Krankheit der Kinder, oder andern bösartigen Säften, welche sich zwischen diesen Wirbelbeinen versammeln können, allein dieses gehört nicht hieher.

Wir begnügen uns ferner nicht mit den Gewaltthätigkeiten, womit wir den zarten Körper

des Kindes noch in den Windeln quälen; nein — der immer beschäftigte Neuerungsgeist arbeitet noch unermüdet fort, unsern Körper mit Kleidungen zu bedecken, welche am wenigsten zu einer gesunden Beschaffenheit desselben anpassend sind. Höchst nothwendig ist es, das neugebohrne Kind an das kalte Wasser und an die kalte Luft zu gewöhnen, um die Nerven des Körpers zu stärken, allein hierinn macht man gerade das Widerspiel. In dem ersten und zweyten Jahr hütet man das Kind sorgfältig vor der kalten Luft und vor dem kalten Wasser, und kaum kann das Kind gehen, dann muß der Körper dem freyen Anfalle und den Abwechslungen der Luft bloß gestellet werden: der Kopf, der Hals, und die Brust, die vornehmsten Theile des Körpers müßen entblößet seyn, und dieses alles sollte die Natur nicht ahnden? Unsere Natur ist fürwahr nicht so leicht, wie unsere Kleidung nach der Mode abzurichten, diese läßt sich in ihrem Laufe nicht irre machen, sogar der Naturkündiger kann nichts anders thun, als ihren geheimen Wegen nachforschen, und ihnen folgen; nur gefährlichen Irrwegen, welche oft wegen gewisser Beschaffenheit der Maschine selbst geschehen, diesen muß derselbe nach Möglichkeit bescheiden, aber nicht gewaltthätig abzuhelfen suchen. Wir haben Proben genug vor Augen, daß die Natur keinen Zwang leidet, folglich soll man behutsamer seyn, die vornehmsten Theile des Körpers nicht so leicht den Anfällen und Abwechslungen der Luft bloß zu stellen, weil Flüße auf verschiedene

dene Theile des Kopfes, Schnuppen, Halswehe, lang anhaltende Husten, und mehrere dergleichen von der zurückgeschlagenen Ausdünstung entstehende Uebel daraus entstehen können. Ganz anders aber verhält es sich, wenn das Kind von gesunden starken Aeltern gebohren, und — von der Geburt an, einer rauhen und harten Erziehung gewohnt ist.

So wie man sich Mühe gab, dem armen Kinde durch die Windel die natürliche Bewegung des Körpers zu hemmen, eben so befleißt man sich auch das junge sowohl als das mannbare Mädgen in einen von Fischbein verfertigten Harnisch zu stecken, um nach unserer Willkühr einen schönen rahnen Leib zu bilden. Auf die für das mannbare Mädgen und Weib daraus entstehenden üble Folgen nimmt man nicht den geringsten Bedacht, sondern man ersinnet im Gegentheil Entschuldigungen, welche eben so viele Beweise von der Schwäche unserer Einsicht und wenigen Kenntnisse sind; man behauptet: Ein zusammen geschnürter Leib sey die schönste Zierde des weiblichen Geschlechts. — Was kann doch ein Mensch schönes an einem Leibe finden, der die Form eines Trichters oder eines Zuckerhuts hat, auf Schrauben gesezt, und von Holz geschnizt zu seyn scheint? — Die größten Künstler in der Bildhauerey und Mahlerey suchen ja auf alle nur mögliche Art das steife, gezwungene Wesen zu vermeiden, und warum? — Weil alle Kenner dieses einhellig verwerfen, und

als

als etwas widernatürliches ansehen, welches das Auge beleidiget. Dahingegen das natürliche Ungezwungene so sehr bewundert wird. Allein dieses ist bald widerlegt, denn der vielbedeutende Machtspruch: **Es ist Mode**, wirft alle auch noch so gegründete Vernunftschlüße über den Haufen. Man sagt weiters: Es ist wider die Wohlanständigkeit, ein Frauenzimmer ohne Schnürbrust zu sehen, weil die hervorragende Brust einen ungestalten Körper, und den Mannspersonen zu viel Anreitzung machen kann. Eine vortrefliche Entschuldigung! — Man will nicht anreitzen? — O wie sinnreich! — Und erdenkt doch Maschinen, um die Brüste recht hinaufzutreiben, damit diese allenfalls noch größer scheinen, als sie wirklich sind. Und — um ja nicht anzureitzen, bedeckt man diese, wenn man noch so ehrbar ist, sie nicht bloß, als ob sie feil geboten würden, herumzutragen, mit einem dem Spinnengewebe ähnlichen von Flor oder Spitzen verfertigten Halstüchel. Dieß heiß' ich eine Wohlanständigkeit — eine Eingezogenheit — eine Keuschheit! — dadurch reitzet man nicht — man trachtet nicht nach Eroberungen — und vom Verführen — will ich gar nichts sagen. Wenn es darum zu thun ist, so ehrbar zu seyn, wie man scheinen will, so kann man leicht eine anständigere und bessere Bedeckung für den Körper aussinnen, welche weniger reitzet, auch weniger Uebel verursacht, folglich die Weibspersonen zu ihrem Beruf nicht untüchtig macht. So viel sey hinlänglich genug um das

Lä-

Lächerliche dieser Mode zu entdecken! Nun zu den übeln Folgen.

Die gewöhnlichste üble Folge, welche daraus entsteht, ist der Mangel der Brustwarzen. Ein jeder wird leicht begreifen, daß bey anwachsenden Brüsten diese Warzen von der festen und steifen Schnürbrust einwärts müßen gedrücket werden, weil der Widerstand derselben zu stark ist.

Zweytens kann es sich bald ereignen, daß der Kern der Brust durch die feste Schnürbrust gedrücket wird, wodurch leicht eine Erhärtung, und mit der Zeit, wenn scharfe Säfte im Körper vorhanden sind, und der Umlauf des Blutes in diesen Theilen durch was immer für eine Ursache geschwinder befördert wird, der fressende Krebs entstehen kann.

Drittens kann die Lunge wegen der dadurch verminderten Ausdehnung und Bewegung das Blut nicht gehörig ausarbeiten, welches doch nothwendig geschehen sollte. Hieraus können oft unvermerkt Erhärtungen, und wenn diese wegen einer etwas größern Bewegung des Körpers oder einer andern Ursache entzündet werden, nach und nach so viele Geschwüre entstehen, welche die Schwindsucht nach sich ziehen. Ingleichem nimmt auch daher der stinkende Athem, ein für das Frauenzimmer so nachtheiliger Umstand, die Verderbniß der Nahrungssäfte, oder des Geblüts seinen Anfang.

Was für üble und schädliche Folgen hat man nicht endlich fünftens bey einer schwangern Frau zu befürchten? Die Schnürbrust wird oft so eng zusammengeschnürt, daß viele Frauen schon gebähren, wenn man sie kaum für schwanger erkennen kann! eben als ob sie sich schämten, den Befehl des Allmächtigen, **wachset und vermehret euch**, vollzogen zu haben. Durch dieses höchst verdammliche Zusammenschnüren kann die Gebährmutter sich nicht nach Erforderniß der Natur ausdehnen, und abwärts gedrücket werden, woraus ein Vorfall derselben entstehen kann: das Blut wird sogar dadurch in seinem Umlaufe gehindert, weil die Blutadern so sehr zusammen gepresset werden, wovon uns die sogenannten Kindsfüße der schwanger gewesenen Frauen sattsam überzeugen; wenn anders dergleichen Frauen noch so glücklich sind, durch diese Zusammenschnürung nicht eine widernatürliche Lage des Kindes in der Gebährmutter, woraus die meisten widernatürlichen Geburten entstehen, oder einen Blutfluß und allzufrühzeitige Geburt zu befördern, wodurch sie nicht allein ihr Gewissen durch den Verlust der Frucht aus eigener Schuld beschweren, sondern auch ihre Gesundheit oder gar das Leben in die augenscheinlichste Gefahr stürzen.

Wenn man nun diese üble und schlimme Folgen genauer überlegt, so glaube ich, hat man Ursache genug, eine Maschine zu verabscheuen, welche für das menschliche Geschlecht so höchst verderblich ist.

Ferner hält auch der Modegeschmack einen kleinen Fuß bey dem Frauenzimmer, eben so, wie eine durch die Schnürbrust erzwungene schlanke Taille, für ein wesentliches Stück der Schönheit. Kann der Anwuchs irgend eines Theils unsers Körpers, ohne einen beträchtlichen Schaden gehemmet werden, so bleibt es eine ausgemachte Sache, daß es unstreitig bey dem Fuß geschehen kann. Nichtsdestoweniger aber haben besonders die Frauenzimmer eine große Vorsicht anzuwenden, daß sie ihre Füße nicht erst im vierzehnten Jahr zu schleunig, nicht zu gewaltsam einklemmen. Dann sowohl aus der zu schleunigen, als auch aus der zu gewaltsamen Einklemmung der Füße können sie sich eine Unempfindlichkeit, Geschwulst, Winterbeulen und Hüneraugen zuziehen. Die daher entstandene Geschwulst aber kann Geschwüre und brandartige Flecken verursachen.

Das männliche Geschlecht ist ebenfalls nicht ganz frey von dergleichen Vorwürfen, die vielen gebundenen Theile des Körpers, und die nach der Mode geschnizten, und an den Körper so fest geschlossenen Kleider sind gleichfalls dem freyen Umlaufe des Blutes hinderlich, woraus zerschiedene Uebel entstehen können.

Dritte Abtheilung.

Von der Nahrung.

Sobald das neugebohrne Kind die Welt erblickt, ist man schon durch eine allgemeine üble Gewohnheit beflissen, der Natur dieses zarten Geschöpfes Gewalt anzuthun; man gewöhnt das Kind schon an Heilmittel, ehe und bevor man einen kränklichen Zustand in seinem Körper zu entdecken vermögend ist.

Die tägliche Erfahrung überzeugt uns, was für Veränderungen erwachsene Personen unterworfen sind, welche ein abführendes Mittel nehmen, und nichtsdestoweniger werden die weisesten Gesetze der gütigen Natur, welche so sorgfältig für alles gesorget hat, was dem lebenden Geschöpfe zum Nutzen und wahren Vortheil dienen kann, bey dem neugebohrnen Kinde ausser Acht gesetzet; statt daß dem Kinde die erste wäßrige Milch der Mutter soll gereichet werden, welche alle in den zarten Gedärmen des Kindes so lang aufbehaltene Unreinigkeit abführen soll, muß das arme Kind sogleich einen Rhabarber- oder andern abführenden Saft nehmen.

Erwachsene Personen verspüren nach dem Gebrauch eines abführenden Mittels eine kleine Mattigkeit der Glieder, oft großen Durst, oft eine geringe, oft eine große, oft gar keine Eßlust, bisweilen nur Ahndungen davon, je nachdem

denn der Körper von dem abführenden Mittel angegriffen, und in einen Zustand versetzet wird, welcher demselben mehr oder weniger widernatürlich und gewaltsam ist. Diesen Satz als richtig und bewiesen angenommen, sollte es wohl möglich seyn, daß das zarte Nervengewebe eines neugebohrnen Kindes, welches ohnehin noch nicht durch mehrere dergleichen Wirkungen abgenützet, folglich viel empfindlicher und reizbarer ist, von einem solchen abführenden Saft nicht gereizet würde? — Und was entsteht sodann aus einem solchen Reiz? — Er setzt die zarten Nerven des Kindes in eine widernatürliche Lage. — Er spannt die zarten Nerven außerordentlich an, woraus verschiedene frichtartige Bewegungen entstehen. — Er erweckt in dem zarten Kinde eine allzugroße Eßlust, wodurch der Magen zuviel mit Nahrung angefüllt und ausgedehnt, die Verdauung verhindert, und alle aus dieser ihren Ursprung nehmende Uebel, als die Gelbsucht, das Bauchgrimmen, das Kurvus, die Würmer, der Durchlauf, das Erbrechen, die beständige Unruhe und Schlaflosigkeit, und die Frichter verursachet werden —. Ist dieses nicht eine höchst wichtige Betrachtung für Mütter, Hebammen, und alle, welchen die Obsorge über neugebohrne Kinder anvertrauet ist? —.

Was kann man denn aber sonst für ein Mittel brauchen? Ich antworte: — die Molken, welche von aller Säure durch Krebsaugen befreyet sind. — Molken? — Ja! Molken

 muß

muß man dem neugebohrnen Kinde zu trinken geben! weil sie nicht nur den verhaltenen Unrath des Kindes besser abführen, ohne einigen Reiz zu verursachen, sondern auch der Natur besser angemessen, als solche abführende Säfte, wenn es leider doch darauf ankommen muß, dem armen Geschöpfe dasjenige zu versagen, worauf seine Natur mit Recht den größten Anspruch machen kann.

Auf diese erste widernatürliche Behandlung des neugebohrnen Kindes folgt in einigen Orten gleich die zweyte, eben so üble. Anstatt nämlich dem Kinde eine leichte wäßrige Milch zur Nahrung zu reichen, giebt man ihm eine dicke, fette, kraftvolle Milch, von einer wenigstens sechs Wochen alten Säugamme zu trinken, eben als wenn das Kind von einer solchen Milch mehr Kräften bekäme: ja man behauptet sogar, die erste Milch sey unrein, ungesund, und für das Kind sehr schädlich. — Welch ein abentheuerlicher Satz! — Mit einer solchen dicken nahrhaften Milch ein neugebohrnes Kind nähren, heißt ja die Natur recht nachahmen? —

Kann also die Mutter wegen wichtigen Ursachen (nicht etwan aus Furcht, die schönen Brüste möchten verwelken, denn das geschieht ehender, wie ich schon allbereits in der vorigen Abtheilung gemeldet habe, durch das Zusammenschnüren, wodurch man den Zufluß der Milch in den Brüsten verhindern will, als durch die natür-

natürliche Bestimmung derselben, weil die Gefäße dadurch ihre Schnellkraft verlieren und erschlaffen müssen, und der allerweiseste Schöpfer hat ja diese dem Weibe nicht zur Zierde, sondern aus Nothwendigkeit vor das Kind gegeben — nicht weil die Mutter einige Monate verhindert wird, den Ergötzungen, Gesellschaften, und Lustreisen beyzuwohnen — nicht weil der Mann bey Tag oder Nacht das Geschrey des Kindes nicht hören will, oder dessen Gemahlinn im Schlafe gestöret wird: — nein, das heiß' ich keine wichtige Ursachen. — Wichtige Ursachen sind, wenn sie eine sehr schwache Beschaffenheit des Körpers, und folglich der Brust hat — wenn ihr die Brustwarzen entweder aus einem Naturfehler, oder Zufall, oder aber wegen der von Jugend an getragenen Schnürbrust abgehen — wenn ihr die Nahrung für sich selbst mangelt — wenn sie mit einer Krankheit behaftet ist —) ihrem Kinde die natürliche Nahrung nicht reichen, so muß man dem Kinde die oben angeführte Molken vorher geben, damit das Kind so viel möglich, nach dem Laufe der Natur gereiniget werde, und nachgehends nicht so viel von der nahrhaften Milch trinken lassen.

Ist man nun zufrieden, den schwachen Magen des Kindes mit so dicker und häufiger Milch überladen zu haben? — Nein! — Man ist noch mehr beflissen denselben anzufüllen, um die Verdauung zu verhindern. Ein von Milch

und Mehl zubereitetes Mus wird beynebens dem Kinde drey- oder viermal gegeben, und zwar in ziemlicher Menge; nicht anders als wenn das Kind so viele und schwere Arbeiten zu verrichten hätte, wodurch eine Menge Säfte seines Körpers verschwendet, und durch eine so häufige Nahrung wieder ersetzet werden müßten. Grundfalsch handeln diejenigen einfältigen Mütter, oder dummen Kindsweiber, ja sie verfehlen den wahren Zweck, ein Kind zu erziehen, gänzlich, wenn sie glauben, daß das Geschrey des Kindes ein Zeichen des Hungers sey, da im Gegentheil das Kind öfters mehr wegen allzuvieler Nahrung, als wegen Abgang derselben weint. — Ist die Mutter oder Säugamme gesund, so haben sie in den ersten drey Monaten hinlängliche Nahrung vor das Kind, und nur alsdann kann man nach und nach die Nahrung vermehren, wo es aber allemal vernünftiger und dem Kinde gesünder seyn wird, das Mus von geröstеter Semmel mit Milch, als von Mehl zu kochen, weil das Mehl noch keine Gährung überstanden hat, folglich schwerer zu verdauen ist, und leichter eine Säure verursacht.

Alle durch diese gewaltsame Ueberladungen verursachte Unordnungen, welche die Unruhe, Schlaflosigkeit, und Geschrey des Kindes ununterbrochen befördern, suchet man ferner durch ein Mittel zu lindern, welches eben so nachtheilig ist. Es ist nicht genug, daß der Magen so oft theils mit der nahrhaften Milch, theils mit

dem

dem Mus angefüllet wird, sondern die aus einer zusammen gedrehten Leinwand gemachten Schnuller, welche mit gestoßenen Zwieback, oder weißen Brod und Zucker, oder sogenannten Schnullerlaiblein angefüllet werden, müssen noch die ganze Zwischenzeit hindurch das Kind zum Säugen anreizen, eben als wenn man besorgte, daß das Kind währendem Schlafe das Essen und Trinken vergessen möchte. Dieser verdammliche Misbrauch nun vermehrt abermal die Anzahl der bevorstehenden übeln Zufälle.

Denn erstens muß das Kind durch das beständige Saugen eine Menge Luft mit hinein ziehen, welche dem armen Kinde viele Blähungen, reißende Schmerzen in den Gedärmen, und Beängstigungen verursachen müssen; anbey verschlucken die Kinder das Wasser, welches mit dem Speichel, den sie vermöge des Saugens an dem Schnuller aus den vielen im Munde vorhandenen Drüsen heraus ziehen, vermischet wird. Dieses schwächt den Magen und die Gedärme, verhindert dadurch die Verkochung der eingenommenen Nahrung, und befördert einen Durchlauf, welchen man so oft in der Zahnung der Kinder von eben dieser Ursache erfährt.

Zweytens nimmt daher gemeiniglich die Mundfäule ihren Ursprung. Es ist ganz natürlich, daß das mit Wasser, Zucker, und beynebens noch mit dem Speichel des Kindes vermischte Brod sauer werden muß; und hat nun

das Kind beständig eine solche Säure im Mund, so kann es ja nicht anders seyn, als daß die noch so zarten innern Theile des Mundes von dieser Säure geäzet und schwürig gemacht werden, sodann nach und nach eine Mundfäule verursachen, welche um so mehr schwerer zu heilen ist, weil man die dazu erforderlichen Mittel nicht eben so leicht als bey erwachsenen Personen anwenden kann.

Drittens behält das an den Schnuller gleich von seinen ersten Tagen an gewöhnte Kind, solchen auch noch zu der Zeit, wenn die Zahnarbeit anfängt. — Was kann aber diese schädliche Säure hier nicht verursachen? — Die Kiefer und das Zahnfleisch sind wegen der hervorkommenden Zähne im höchsten Grad empfindlich, und auch entzündet: werden nun diese Theile noch von außen so sehr durch eine Schärfe gereizet, so darf man sich ja gar nicht verwundern, daß die ohnehin schmerzhafte Zahnarbeit um ein merkliches vergrößert wird, lang anhaltende Frichter, und endlich den Tod verursachen kann. Und — haben auch viele Kinder eine so starke Natur, diesen übeln und jammervollen Folgen zu entgehen, so sind doch schwache, schief gewachsene, faule, zerfressene Zähne die Folgen dieses schädlichen Misbrauchs. — Eines schädlichen Misbrauchs, von dem manchmal einzig und allein die den erwachsenen Personen zustoßende übeln Zufälle der Zähne herzuleiten sind. Denn wenn ein Theil un-

unsers Körpers in der Jugend vernachläßiget und mit Gewalt verdorben wird, so kann ja die Natur sich im Alter nicht mehr so leicht helfen, und das verlohrne ergänzen; sie nimmt alsdann ihren Lauf fort, und trozt der Gewalt sowohl als den Maschinen, wodurch man sie zwingen will.

Ich glaube nunmehr hinlänglich bewiesen zu haben, was für verschiedene Krankheiten aus der allzuvielen kraftvollen Nahrung in Anbetracht der Säugamme und des Milchmuses dem Kinde zustoßen können; nun will ich noch ein wenig von dem von der Brust und dem Schnuller entwöhnten Kinde handeln. Im Voraus aber muß ich anmerken, daß ein Kind keinen Unterschied unter den Speisen, welche man demselben giebt, zu machen weiß; nur einige Sachen: als bittere, äzende, und scharfe mag es nicht, und die bekömmt es ja ohnehin nicht. Uebrigens aber kennt das Kind nichts, und es kommt nur auf die Gewohnheit an, was man demselben zu geben pflegt.

Kaum ist das Kind einige Wochen alt, so giebt man ihm schon alles, was die erwachsene Personen genießen, schon frühzeitig muß es alles gewohnen, was so viele Erwachsene kaum ohne üble Folgen ertragen können. Wein, Bier, Kaffee, Chokolade, Zuckerbrod, mit einem Wort, alles giebt man dem Kinde. Die Aeltern sind über ein solches artiges Betragen ihres Kindes in-

innigst erfreut, nöthigen den bey der Tafel sitzenden Gästen ihren Beyfall ab, und ein jeder muß, wenn er anders nicht wider die verfeinerte Lebensart fehlen will, die Geschicklichkeit des Kindes bewundern, und demselben dergleichen Sachen darreichen.

Was den Kaffee, den allgemeinen Lieblingstrank anbelangt, so giebt er zwar ein nahrhaftes, erweichendes und angenehmes Getränk ab, wenn die Bohnen dunkelgelb oder so geröstet werden, daß das davon zermahlene Pulver eine dem Zimmet ähnliche Farbe hat. Allein das zuviele Rösten der Bohnen, wie fast der allgemeine Gebrauch ist, wodurch das darinn enthaltene Oel scharf und ätzend wird, dieses ist das schädliche daran. Dieses scharfe ätzende Oel nun reizet die bloßen Nervenfäsergen des Magens dergestalt, daß derselbe von dem alltäglichen Reiz nothwendigerweise abgenützet, geschwächet, und zu einer guten Verdauung der Nahrung untauglich gemachet werden muß, folglich entsteht nach und nach eine verdorbene Eßlust, eine üble Verkochung der Nahrung, ein dickes, scharfes und zum Umlaufe untaugliches Geblüt. Ingleichem befördern die von dem scharfen Oel sich mit dem Nahrungssaft vermischten und in das Geblüt übertragenen Theilchen, einen geschwinden Umlauf des Bluts, wodurch sodann der subtilere Theil davon verschwendet, und der übrige Theil verdicket wird, woraus das Zittern, die Verstopfungen verschiedener

Drü-

Drüsen, Erhärtungen, die goldene Ader, Schwermuth, und alle Gattungen von Nervenkrämpfen entstehen. Dieß wären also unausbleibliche schädliche Folgen, vor erwachsene Personen sowohl als vor Kinder. Nur noch zwey Fragen:

Kann nicht der Körper des Kindes zu allen möglichen langwierigen Krankheiten auf diese Art mit der Zeit vorbereitet werden?

Kann das Blatter- Flecken- Friesel- Scharlach- Rothlauf- Nessel- und andere mit was immer für einem Ausschlage vereinigte Fieber, wegen des Gebrauches solcher Dinge, besonders bey schwachen Kindern nicht bösartig werden?

Aus dieser Erklärung von dem Gebrauche des übel zubereiteten Kaffee kann man leicht abnehmen, was von der starken Chokolade, geistreichen Getränken, gewürzten Speisen und von so vielerley mit Zucker und Gewürz zusammengesetzten Sachen zu urtheilen sey, welche die Kinder besonders in bemittelten Häusern beynahe täglich bekommen. Sollten demnach nicht billig alle und jede Aeltern, denen das gegenwärtige und zukünftige Wohl ihrer Kinder am Herzen liegt, äußerst bedacht seyn, ihren Kindern nie solche Sachen zu geben, welche allemal schädlich sind, und derer Folgen man nicht allezeit oft nur mit schwerster Mühe abhelfen kann; denn die in der Kindheit oder Jugend angenommene Gewohnheit kann man im Alter nicht lassen,

weil

weil sie oft zur Natur wird. Nährt man demnach den Körper mit solchen Speisen, und hitzigen Getränken frühzeitig, so kann man ihn nicht mehr entwöhnen, es heißt gleich: die Kost hat keinen Geschmack und keine Kraft, da man indessen durch dergleichen die Natur übertreibende Nahrung die bösesten Folgen zu erwarten hat. Wie oft sieht man sich nicht genöthiget durch das öftere Aderlassen die Ausdehnung oder den vielleicht vermutheten Ueberfluß des Geblütes zu vermindern, um einer Krankheit vorzubauen, oder sie zu heilen, welche in dergleichen Personen durch die mindeste Bewegung des Körpers oder erregten Leidenschaften verursachet wird? — und wenn dieses öfters geschieht, so muß ja nothwendig dem Körper seine natürliche Kraft und Wärme vor der Zeit benommen werden.

Auf die nämliche Art, wie die jetzt beschriebene Nahrung der Jugend schädlich ist, eben so kann auch die allzu grobe und übel zugerichtete Kost die Grundlage vieler Krankheiten seyn: denn es ist bekannt, daß die Kinder wegen allzu großer Eßlust oft mehr zu sich nehmen, als ihre schwache Natur verdauen kann: wenn sie nun eine solche Nahrung haben, so müssen nothwendig wegen des zähen und übel verkochten Nahrungssafts dicke, geschwollene Schmeerbäuche, Erhärtungen der Eingeweide, oder verschiedener Drüsen des Körpers, Krätzen, und viele andere langwierige und schwer zu heilende Krankheiten daraus entstehen.

Besonders muß man auch mit dem Obst behutsamer seyn, und der Jugend nicht erlauben, dieses den ganzen Tag hindurch zu essen, hauptsächlich wenn es noch nicht reif genug ist. Auch ist es allemal besser, dasselbe vor als nach dem Essen zu speisen, weil es, wenn der Magen mit Speisen angefüllet ist, viele Blähungen verursachen, und der Verkochung hinderlich seyn kann; auch rühren öfters die wider die Wohlanständigkeit aufstoßende Winde, und das Schlucken daher. Was übrigens das allzu delikate und unnatürliche Essen und Trinken anbetrifft, so werde davon in der zweyten Abhandlung das mehrere sagen.

Vierte Abtheilung.

Von der Bewegung.

Da ich in der zweyten Abhandlung, in der Abtheilung vom Müßiggang weitläuftig zeigen werde, daß aus dem faulen müßigen Leben eben so viel Unheil, eine billige Strafe der Vorsehung, welche den Menschen zur Arbeit, und nicht zur trägen Weichlichkeit erschuf, entstehen kann, als von der übertriebenen Nahrung und verkünstelten Kleidung, so werde mich auch hier ganz kurz fassen.

In der zweyten Abtheilung von der Kleidung habe ich allbereits bewiesen, wie nothwendig die Bewegung des Körpers sey, um die

Verkochung der eingenommenen Speisen zu befördern; daselbst aber war nur die Rede von der Bewegung, welche die Natur in einem jeden Geschöpfe selbst macht, um sich zu helfen. Nun werde ich auch ein wenig jene Bewegung untersuchen, welche wir, um unsere Gesundheit zu erhalten, mit dem Körper machen müssen. Ein jeder erwachsener Mensch hat seine Verrichtungen, folglich wird der Körper bewegt; in wie weit uns dieses dienlich ist, werde weiter unten beweisen.

Sehr vernünftig handelten unsere Vorfahren, da sie den Gebrauch der Wiegen für das Kind einführten, und wir müssen daher nicht so voreilig seyn, unsere Vorfahren deswegen einer Ungereimtheit zu beschuldigen. Denn diese für den zarten Körper des Kindes so angemessene, so sanfte Bewegung kann die Ruhe, wie es doch die tägliche Erfahrung zeigt, am besten verschaffen, und was kann dem Kinde wohl diensamer seyn, als eben diese, wodurch die Verkochung so gut von statten geht? Allein so wie in allen Sachen eine neue Mode seyn muß, eben so beschäftiget sich auch der witzig seyn wollende Neuerungsgeist etwas auszusinnen, welches nun aber auch um so übler war; er bemühte sich durch einsichtvolle und von Witz schimmernde Beweisgründe die so weise Gewohnheit zu vertilgen. Schwindel, Erbrechen, woraus Brüche, Frichter entstehen, und wohl gar der Tod kann beschleuniget werden, waren die übeln Folgen

gen vom Wiegen, als von einer Bewegung, welche dem Kinde widernatürlich ist. Diese Beweisthümer aber sind zu seicht und zu lächerlich, als daß sie viel Widerlegung verdienten. Nur ein einziger Gegensatz, und dieser sey hinlänglich genug: ein erwachsener Mensch, welcher mehr Nahrung zu sich nimmt, als die Natur vertragen kann, bekömmt ein Erbrechen, welches, wie wir oft erfahren, von der gütigen Natur selbst erwecket wird, um sich von dem schädlichen Ueberflusse zu befreyen. Woher entsteht nun dieses Erbrechen? — Etwan auch von einer widernatürlichen Bewegung? — Nein! es entsteht von einer ganz natürlichen Ursache, einzig und allein von dem mit allzu vieler und starker Nahrung überladenen Magen. Und diese nämliche Ursache findet auch bey dem Kinde statt.

Anstatt dieser Wiege nun, weil man doch einsieht, daß das Kind eine Bewegung bedarf, muß das Kindsweib oder die Kindsmagd das Kind auf den Armen herumtragen, und hin und her bewegen. Jeder vernünftig denkender Mensch wird einsehen, daß diese Bewegung viel ungleicher und gewaltsamer ist, mithin eher, als die Bewegungen der Wiege dem Kinde schaden kann; anbey ist dieses Herumtragen mit großer Gefahr verknüpfet, weil ein oder der andere Theil des Körpers kann gedrücket werden, wodurch demselben ein schiefer Wuchs widerfährt, und auf diese Art aus einem gesunden wohlgestalteten

Kinde ein kränklicher elender Krüppel kann gemacht werden.

Schon oben habe ich gezeigt, daß die Natur selbst dem unmündigen Kinde eine Bewegung im Körper verschafft, wodurch die eingenommene Nahrung leichter kann verkochet werden; so wie nun dasselbe im Wachsen zunimmt, und eine gröbere Nahrung bekömmt, also wird auch die Bewegung des Körpers durch die Hände und Füße größer. Dieser Beweis allein ist hinlänglich Jedermann zu überzeugen, wie nothwendig diese bey zunehmenden Jahren seye, denn dieselbe soll und muß mit der eingenommenen Nahrung in einem gewissen Verhältniß stehen: je mehr und stärker demnach die Kost, desto mehr muß der Mensch sich bewegen. Um uns davon zu überzeugen, dürfen wir nur jene Leute betrachten, welche, um ihre zum Verdauen schwere Nahrung zu verdauen, täglich eine harte Arbeit verrichten müssen, und nichtsdestoweniger eine viel natürlichere und gesündere Farbe des Körpers, eine viel dauerhaftere Gesundheit, und viel mehr Stärke haben, als jene sitzende blasse Weichlinge in der Stadt bey ihren ausgesuchten und mit vieler Mühe zubereiteten Leckerbisseln, deren größte Arbeit darinn besteht, Entwürfe zu schmieden, welche sie selbst und ihre Nachkömmlinge zum elenden Geschöpfe machen.

Ich dächte, dies wären Proben genug, uns zu überzeugen, wieviel die Bewegung des Körpers zu einer dauerhaften Gesundheit beytragen kann;

kann; nun wollen wir ein wenig untersuchen, in wie weit die eingerichtete Lebensart der Einwohner großer Städte diese befördert.

In Anbetracht dessen haben freylich die Jünglinge einen großen Vortheil vor den Mädchen, denn da jene von Jugend auf nicht so an die eingezogene und dem weiblichen Geschlechte so nothwendig scheinende Lebensart gewöhnet werden, so ist es ganz natürlich, daß sie auch nicht so sehr an das sitzende Leben gebunden sind. Die vornehmen und adelichen Jünglinge werden aber schon weniger durch die Bewegung abgehärtet, als die Kinder gemeiner Leute, weil man jene mehr einschränkt, und befürchtet, ihnen einigen Schaden dadurch zuzufügen, welches doch gerade das Widerspiel ist; denn das Laufen, Springen, Werfen, Kegeln dehnt die Muskeln, Sehnen und Nerven des Körpers aus, und macht sie stark und geschickt: davon überzeugen uns die nach der gemeinen Art erzogenen Kinder, welche eine viel dauerhaftere und stärkere Natur haben. Mir ist gar wohl bewußt, daß diejenigen Jünglinge, welche sich den Wissenschaften widmen, und folglich die innern Sinnen mehr anstrengen müssen, keinen so starken und kraftvollen Körper haben können, weil der größte Theil des Nervensafts zu den innern Sinnen verbraucht wird, um den Geist auszubilden. Dieses nun nebst dem dazu erforderlichen Sitzen macht, daß die körperlichen Theile und das Nervengewebe viel empfindsamer wird; und auf diese Art

 wird

wird der Körper zu den Krankheiten vorbereitet, welche der Jüngling oder Mann, besonders in einem großen Staat, wo so viele Personen zu der sitzenden Arbeit müssen gebrauchet werden, mit der Zeit zu ertragen hat; als da sind die schwache Beschaffenheit des Magens, die Unverdaulichkeit, Verstopfungen oder Erhärtungen der Gekrößdrüsen, und anderer Eingeweide des Unterleibs, die goldene Ader, große Reizbarkeit der Nerven, Hypochondrie, und verschiedene aus dergleichen Krankheiten entstehende Folgen.

Und was soll ich von den armen lieben Geschöpfen — von den Mädchen sagen, mit diesen verfährt man leider ja noch übeler, denn nebst dem, daß sie nicht oft ausgehen können, so müssen sie noch den lieben ganzen Tag mit Sitzen zubringen: Fileestricken, Nähen, und dergleichen zur Erhaltung der Gesundheit undienliche Arbeiten sind ihre größte Beschäftigung. Das viele Sitzen aber macht die festen Theile des Körpers schlaff, wodurch sie ihre Schnellkraft verlieren, folglich das Blut nicht so gut ausarbeiten können, und es also zum Umlauf oder zu den gehörigen Absonderungen untauglich machen. Daher entstehet auch bey den meisten jungen Mädchen das träge Betragen, das schlaffe entnervte Fleisch des Körpers, die blasse Todtenfarbe; und wenn sie mannbar werden, die verschiedenen Gelüste nach unnatürlichen Sachen, die verstopfte monatliche Reinigung, die üble Beschaffenheit der Säfte und des ganzen Körpers, und die so große

Reiz-

Reizbarkeit der Nerven, wovon so verschiedene und jammervolle Zustände entstehen können. Ich dächte demnach, es gereichte zu keiner Schande, wenn das heranwachsende Mädchen eine kleine Arbeit im Zimmer oder in der Küche verrichtete, wodurch sie dem Manne mit der Zeit nützlich würde; es geschieht dieses nicht um Euch, liebenswürdige Geschöpfe herabzusetzen, oder gar Eure Geburt zu verunehren, nein: es geschieht blos um Eure Körper ein wenig abzuhärten, und Eure Kenntnisse im Hauswesen sowohl als Eure Gesundheit zu befördern.

Wie vortheilhaft wäre es demnach nicht vor die Kinder, wenn sie frühzeitig zu einer ihren Kräften angemessenen Arbeit, oder andern Bewegung des Körpers von Jugend auf angehalten würden, wodurch den traurigen Folgen der weichen und sitzenden Lebensart vorgebogen würde. Von dieser Bewegung des Leibes aber nehme ich — wohl gemerkt — das Reiten für das weibliche Geschlecht aus, denn wenn ich es auch nicht als eine Handlung wider die Wohlanständigkeit beurtheilen will, so kann es doch bey einem Mädchen Folgen nach sich ziehen, welche bey Veränderung des Standes allenfalls bedenklich fielen, und die verheyrathete Frauenzimmer sollten diese den Körper zu sehr erschütternde Bewegung wegen der Schwangerschaft, Vorfälle, Brüche und andern mehrern Ursachen ohnehin vermeiden.

Fünfte Abtheilung.

Von den übeln und schädlichen Gewohnheiten.

Nicht allein die Wohnung, Kleidung, Nahrung, und Bewegung sind es, durch deren übeln Gebrauch und Anwendung wir uns verschiedene Unfälle zuziehen können; nein, die übeln und schädlichen Gewohnheiten, welche man ohne Rücksicht auf ihre Folgen blindlings annimmt, und dabey den wohlmeynenden Rath guter Freunde verlachet, sind auch sehr oft eine Grundlage zu verschiedenen Krankheiten, welchen um so schwerer abzuhelfen ist, als man theils diese Gewohnheiten nicht lassen kann, theils der Körper schon so geschwächet und verdorben ist, daß auch nur gar zu oft die besten Heilungsmittel vergebens angewendet werden.

Die gefährlichste Schlinge dieser Gewohnheiten, wodurch man desto gewisser gefangen, und mit den schlimmen Folgen gequälet wird, ist — daß man solche Gewohnheiten als etwas gefälliges in der Jugend annimmt, wo man erstens noch nicht so viele Einsicht hat, das Schädliche davon zu erkennen, zweytens die Natur um diese Zeit noch so feurig nnd stark ist, daß diese nicht so viel davon leidet, und deswegen drittens den guten Rath nicht annehmen will, den man giebt um den übeln Folgen vorzubauen. Da nun derer so viele sind, so will ich die bekannten

ten anzeigen, und sie deutlich auseinander setzen, damit ein Jeder das Schädliche davon einsehen, und sich in Zukunft vor den schlimmen Folgen hüten kann.

Erster Abschnitt.

Von den übeln und schädlichen Gewohnheiten der Schwangern und Sechswöchnerinnen.

Kaum ist eine verheyrathete Frau schwanger, so muß vor allen Dingen die Hebamme gerufen werden, um sich bey dieser Raths zu erholen, eben als ob die geschickten Finger ihrem Gehirn so viele Gelehrsamkeit mitgetheilet hätten, daß sie alle vorkommenden Unordnungen erkennen, und mit ihrem guten Rath abhelfen könnte.

Einige von den Hebammen machen sich recht groß damit, wenn sie fünfzig und mehr Mittel, als so viele Beweisthümer ihrer Kenntniß, Erfahrung und Gelehrsamkeit daher zu erzählen wissen; und das gewisse geheimnißvolle, oder kecke und grobe Betragen gewinnt das Vertrauen der ängstlichen schwangern Frau in einem Augenblick. Es ist ganz natürlich, daß einer schwangern Frau, besonders wenn sie in der Stadt nach der weichen Lebensart ist erzogen worden, verschiedene Unpäßlichkeiten zustoßen; voll Angst über solche ungewöhnliche Erscheinun-

gen bitten sie gleich um ein Mittel diesen Zufällen abzuhelfen; nun machen sich diese hochgelehrte Schurzdoktorinnen den Zeitpunkt zu nutze, sie rathen gemeiniglich Mittel, welche noch mehr Unordnungen machen, und das ist ganz natürlich; denn eine Hebamme weiß ja sonst nichts, als die zur Geburtshülfe nothwendigen Handgriffe, und allenfalls das Kind in Windeln einzuwickeln. Die Zergliederungskunst, und innerliche Beschaffenheit des menschlichen Körpers, die Ursachen der vorkommenden Unordnungen während der Schwangerschaft, der Unterschied zwischen stärkern und schwächern Frauen, die Untersuchung und Erkenntniß gewisser besondern angebohrnen Eigenschaften einiger Frauen, dieß sind ja lauter spanische Dörfer für eine Hebamme.

Diese Unordnungen, welche sie nicht selten durch ihre verordneten Mittel größer machen, suchen sie durch öfteres Aderlassen zu benehmen, und dieß wird bisweilen so oft wiederholet, daß nicht nur die Mutter, sondern auch das Kind äußerst geschwächt werden muß. Eine Aderlässe hebt freylich sehr oft bey schwangern und besonders bey vollblütigen Personen die mehresten Unordnungen, aber diese muß — wohl gemerkt — zur rechten Zeit, und in gehörigem Maß vorgenommen werden.

Die ersten in der Schwangerschaft vorkommenden, aber nicht bey Allen sich ereignenden

Unpäßlichkeiten, bestehen in einer verdorbenen oder heftigen Eßlust zu verschiedenen Sachen, einem Eckel vor gewissen Speisen, einem Erbrechen oder nur dessen Vorboten, einer Mattigkeit und gewissen Schwere in den Lenden, einem wallenden Geblüt, Schwindel, Ohnmachten und dergleichen, alles dieses sind Ereignisse, welche die Natur im Körper, vermöge der Vollblütigkeit, welche ihr ungewöhnlich ist, verursachet. Diese Vollblütigkeit, welche sich hauptsächlich in der Gebährmutter, und den umliegenden Theilen wegen des von der Natur gewohnten Zuflusses, und aus Nothwendigkeit um den neuen Sprößling zu nähren, ereignet, macht, daß die Gefäße derselben sich nach und nach mehr ausdehnen müssen, und also mehr Platz einnehmen, als sie vorher im natürlichen Stande eingenommen hatten, woraus nothwendig folget, daß die andern Eingeweide des Unterleibes ihre gewöhnliche Lage zu verändern gezwungen sind. Dieses spannt so viele unzählbare Nervenfäsergen sehr an, welches ohne eine große Unordnung zu verursachen nicht geschehen kann. Ist es demnach ein Wunder, wenn so seltsame Erscheinungen, welche in einem nach der weichen Lebensart erzogenen Körper allemal heftiger seyn müssen, als bey einer abgehärteten Bäurinn, in solchem Zustande vorkommen? Es ist wahr, dergleichen Zufälle müssen oft mit vernünftigen Heilmitteln gelindert werden; aber es ist auch nur zu gewiß, daß diese Zufälle oft noch gefährlicher werden, und die bösesten Fol-

gen nach sich ziehen, wenn man unbesonnen genug ist, entweder durch die stärkesten Mittel, oder durch das entkräftende Aderlassen solchen Zufällen abhelfen zu wollen. Ist es demnach nur eine natürliche Unordnung, welche doch gefährliche Folgen nach sich ziehen könnte, so ziehe man deswegen seinen Arzt zu Rath, welcher doch allemal vernünftiger und besser als eine Hebamme rathen wird.

Die besten Vorbauungsmittel, welche man schwangern Frauen ertheilen kann, sind: **mässig im Essen und Trinken, vor allem die Schnürbrust vermeiden, und nicht durch Binden den Umlauf des Blutes verhindern, eine behutsame Bewegung des Körpers, und diese nie übertrieben, alle übeln Gewohnheiten, und hauptsächlich den Beyschlaf meiden.** Mit diesen Vorbauungsmitteln wird eine schwangere Frau gewiß den mehresten Gefahren ausweichen, welche in diesem Zustande vorzukommen pflegen.

Auch die glücklichsten Geburten gehen freylich nicht ohne gewaltsame Empfindungen der Natur ab, indessen aber sind doch viele Geburten mit der größten Lebensgefahr, sowohl des Kindes als der Mutter verknüpfet, welche sich gewiß nicht so oft zutrügen, wenn die Lebensart der Mutter nicht mit so verderblichen Gewohnheiten angestecket wäre. Diese Gefahren, welchen die Gebährenden unterworfen sind,

kann man in drey Klassen theilen: die ersten sind zufällige, die zweyten selbst verursachte, die dritten von andern gemachte Gefahren.

Unter die zufälligen Gefahren gehören alle außerordentliche Gemüthsbewegungen, als Schrecken, unverhoffte Freude, Zorn, und dergleichen; ferner das Fallen, Stoßen, Drücken, und Schlagen, und endlich jene Beschwernisse, welche von dem Wuchse und der innerlichen eigenen Beschaffenheit der Theile entstehen.

Unter die selbst verursachten Gefahren gehören alle Umstände, welche wider die den Schwangern vorgeschriebene Vorbauungsmittel handeln.

Unter die von andern gemachten Gefahren gehören diejenige, welche die Aerzte, die Geburtshelfer, die Hebammen, oder andere einer Gebährenden beystehende Personen verursachen können.

Hört nun Jemand die Geschichte einer unglücklichen Geburt erzehlen, und betrachtet alsdann die Lebensart der Entbundenen, und alle vorgefallene Umstände, so kann er bald nach diesen gemachten Anmerkungen entscheiden, zu was für einer Klasse eine solche gehört.

Gleich nach der Geburt pflegt die Natur sich von dem Ueberflusse des in der Gebährmutter enthaltenen Blutes einige Tage hindurch zu be-

befreyen, und je mehr sich die Gebährmutter nach und nach zusammen zieht, um ihre natürliche Größe wieder zu erhalten, desto größer wird die Bewegung der Säfte gegen den Obertheil des Körpers, wo die gütigste Vorsehung das Weib mit den nothwendigen Brüsten begabte, um dem zarten Geschöpfe die leichteste Nahrung zu verschaffen. Diese Bewegung der Säfte nun dehnen die Gefäße der Brüste mehr aus, und daher entsteht die empfindliche Anspannung der Fäsergen, welches unter dem gemeinen Namen des Stechens in Brüsten vorkömmt. Weil nun die festen Theile nach Verhältniß der bewegten Säfte sich mehr und mehr ausdehnen, und vermöge ihrer Schnellkraft zusammen ziehen müssen, folglich den geschwindern Umlauf in dem ganzen Körper wegen der Uebereinstimmung der Maschine befördern, so muß nothwendig ein Fieber entstehen, welches man das Milchfieber zu nennen pflegt. Alle diese Ereignisse, wenn sie nicht durch unbesonnene Hülfsmittel gestöret werden, sind die glücklichsten Umstände sowohl vor die Mutter, als vor das Kind; deswegen scheint es auch, daß die Natur selbst der Mutter das Säugen als eine angenehme Empfindung, vermöge des entzückenden Reizes, welches durch das lose Kitzeln an den Brustwarzen verursachet wird, hat erleichtern wollen; ob nun dieses durch die ausgelassenen Finger, oder durch die Zunge des Kindes geschieht, genug, die Empfindung ist allemal da.

Allein

Allein so wie man von Jugend auf an lauter Unordnungen und verderbliche Einrichtungen gewöhnet wird, eben so muß auch die Sechswöchnerinn darauf abgerichtet werden. Kaum empfindet diese die empfindlichen Schmerzen in den Brüsten, so bemühet man sich nicht allein durch eine breite Binde, sondern wohl gar durch gefährliche Mittel den Zufluß zu hemmen, und dem armen neugebohrnen Geschöpfe wider alles Recht der Natur seine Nahrung zu rauben; man will mit Gewalt der Natur Gesetze vorschreiben, und die nothwendige Bewegung der Säfte gegen die Brüste abwärts treiben: äußerliche Schmiererenen, Kinstire, verschiedene Thee, abführende Mittel, Mixturen, diesen soll die Natur ohne anders gehorchen. Ja: wenn ein sterblicher Künstler unsere Maschine zusammengesetzet hätte, denn möchte es seyn, daß wir auch diese nach unsern Gutdünken abändern und einrichten könnten: aber da diese von einem unsterblichen und unnachahmlichen Meister ist hervorgebracht worden, so müssen wir uns begnügen, die verwunderungsvolle Verrichtung zu erkennen, ihren geheimen Wegen nachzuforschen, und wo es die Möglichkeit erlaubet, nicht mit Zwang, sondern mit gelinden und derselben angemessenen Mitteln zu helfen. Die verschiedenen oft lang anhaltenden Nervenfieber, hitzige mit gefährlichen Ausschlägen verknüpfte Krankheiten, Milchübersetzungen, und Vorbereitung des Körpers zu den langwierigsten Krankheiten, überzeugen uns leider nur zu sehr, daß die Na-

tur

tur sich an solchen Menschen räche, welche unbesonnen genug sind durch unternommene Zwangmittel ihre heilsamen Verrichtungen zu stören.

Alles häutige Wesen dehnt sich im warmen Wasser leicht aus, und wird dünner, da es sich hingegen im kalten zusammenzieht, und fester wird; die Ursache ist zweyfach, nämlich von Seite des Wassers, und von Seite der Eigenschaft der Haut: jene, weil das warme Wasser flüßiger ist und leichter durch die feinen Oeffnungen der Haut dringen kann, als das kalte: diese, weil die Haut von dem warmen Wasser ihre Schnellkraft, und die davon abhangende Wirksamkeit verliert, und die Oeffnungen der Haut nicht zusammen gezogen, sondern vielmehr erweichet und ausgedehnet werden; dahingegen das kalte die Haut reizet, und die Zusammenziehung dieser Oeffnungen befördert. Hieraus ist nun leicht abzunehmen, warum das kalte Wasser stärkt, und das warme schwächt. Da nun das kalte Wasser eines der stärkendsten Mittel ist, welche wir haben, um das Nervengewebe unsers Körpers abzuhärten, und wider die abwechselnde Anfälle unsers Dunstkreises sicher zu stellen, so soll man auch, so viel möglich ist, das Abwaschen und Säubern des neugebohrnen Kindes mit kaltem Wasser verrichten, und es frühzeitig daran gewöhnen.

Wenn nun aber der Körper des Kindes von Jugend auf an das Warme gewöhnet wird, so ist die natürliche Folge, daß derselbe viel

schwä-

schwächer und entnervter werden muß; dieses nun mit den andern übeln Gewohnheiten der weichen Erziehung vereinigt, kann eine Entkräftung des Körpers, unzählbare Nervenkrankheiten, bey zunehmenden Jahren die Milzbeschwerung, frühzeitiges Alter, und eine verworrene Kette von allerhand Uebeln befördern.

Zwoter Abschnitt.

Von den sogenannten universal Heilmitteln.

Man muß sich wirklich außerordentlich verwundern, daß in den dermaligen aufgeklärten Zeiten ein und andere Personen sich noch so leicht durch einen halben Bogen langes daher geschmiertes Lugenwerk verblenden lassen, ein Mittel für ihre Krankheit zu gebrauchen, welches gemeiniglich derselben noch schädlicher ist. Ein jeder Arzt soll ja nothwendig wissen, daß eine jede Krankheit vielerley Ursachen hat, die nicht allemal mit dem nämlichen Mittel können geheilet werden. Deswegen ist es auch höchst lächerlich, wenn man von Personen, welche man doch sonst nicht unter die leeren Köpfe zählen kann, sagen hört: Herr Doktor, sie kennen schon meine Natur, sie haben mich schon so viele Jahre unter ihrer Obsorge, also werden sie mir auch diesesmal helfen. — Dieß versteht sich ohnehin, und ist eine Schuldigkeit des Arztes, wenn es möglich ist. Allein die Aerzte haben

ben ja die Natur ihrer Kranken nicht in den Fingern, auch nicht auf ihren Visitenzetteln aufgeschrieben, sondern sie müssen erst bey einem jeden Kranken aus den Umständen, die sie entdecken, sehen und urtheilen, was zu thun sey. Natur kennen und dergleichen Sprüche sind nur gewisse ausgedachte Geheimnisse einiger Aerzte, um ihre Kranken nicht zu verlieren, wenn sie ihnen mit ihren Hülfsmitteln kein Genüge leisten, und lang vergeblich martern.

Was aber allen menschlichen Begriff von Arzneymitteln übertrifft, ist, daß dergleichen Marktschreyer nicht allein so unzählbare einander entgegen gesetzte Krankheiten mit einem solchen Mittel zu heilen pflegen, sondern auch noch den Gesunden verordnen, um solchen Zufällen vorzubeugen; sie bedienen sich der Zeitungen, um das gemeine Wesen durch die darinn angepriesenen Wunderwerke, durch die geheimnißvolle Zubereitung derselben, und durch das mächtige Wort präservativ recht zu betrügen. Dergleichen durch das Goldmachen gemeiniglich zu Grunde gerichtete Schwelger, welche ihr durch den chymischen Rauchfang verschwundenes Vermögen mit List von dem gemeinen Wesen zurück zu bekommen trachten, verdienen keine andere Widerlegung, als daß man ihnen den wohlmeynenden Rath giebt, ihr so himmelhoch angepriesenes Wundermittel selbst zu gebrauchen, damit sie ihren mit düsterner Schwermuth umnebelten Geist dadurch ausheitern, und in Zukunft aufrichtig handeln lernen.

Da nun die Rechtschaffenheit eines ehrlichen Mannes erfodert, kein Geheimniß aus einem Heilmittel zu machen, womit man seinem Nächsten helfen kann, denn die christliche Liebe und seine eigene Pflicht erfodern dieses von dem Arzte; so sollte man auch billig sich nicht von einem so seichten Blendwerke verführen lassen, und von Stunde an die so sehr angerühmten Essenzen, Pulver, Pillen, und dergleichen zusammen geschmiertes Zeug aus den Häusern verbannen, indem man dadurch die Gesundheit nur allzu oft der Gefahr aussetzet, und dann erst bey einem vernünftigen Arzte Hülfe suchet, wenn es — wohl gemerkt — zu spät ist.

Dritter Abschnitt.

Von dem Misbrauch des Aderlassens.

Obschon man fast täglich von den übeln Folgen einer zum öftern ohne die mindeste Ursache vorgenommenen Aderläße überzeuget wird, so läßt man sich doch von diesem Misbrauch nicht abschrecken. Sobald man nur den mindesten Fieberanfall, aufsteigende Hitze, Kopfschmerzen und dergleichen Zufälle verspürt, läßt man gleich eine Ader öffnen. Entstehen denn aber diese Zufälle allemal von dem Ueberflusse des Blutes? Nein! wohl aber sehr oft von einem widernatürlichen Reiz und Bewegung der Nerven. Man untersuche daher nur die Lebensart, und bedenke anbey die eben angeführten Ursachen, so wird man

auch leicht einsehen, daß das Aderlassen nicht selten mehr zum Nachtheile als zur Erhaltung der Gesundheit beyträgt: weil durch den vielen Verlust des Blutes dem Körper, wie ich bereits in dem ersten Abschnitte dieser Abtheilung erinnert habe, die natürliche Wärme und Kraft benommen wird, woraus sodann die langwierigen, verworrenen Krankheiten entstehen, welchen man vergebens mit mühsam hervorgesuchten Heilmitteln abhelfen will, da man vielleicht die kleinen Unpäßlichkeiten mit ein paar Tage Geduld und Hungerleiden am besten geheilet hätte.

Vierter Abschnitt.

Von dem Nachtheile des vielen Sitzens.

In der vierten Abtheilung von der Bewegung des Körpers habe ich allbereis gezeiget, wie nothwendig diese sey, und deswegen ist auch das lange Sitzen bey der Tafel und nächtlichen Gesellschaften sehr schädlich, wo man nämlich wegen eines Karten- oder andern Spieles, wenn ich auch die verschiedenen Leidenschaften nicht berühren will, welche oft während demselben zum größten Nachtheile der Gesundheit erreget werden, vier, fünf, und mehr Stunden unbeweglich sitzen muß, da ohnehin solche Personen wegen ihrer täglichen Geschäfte den ganzen Tag meist mit Sitzen zubringen; es ist freylich höchst nothwendig, den Geist wegen so vieler tiefsinnigen Arbeiten ein wenig ausruhen zu lassen, und den-

denselben durch ein Spiel aufzuheitern; aber muß es dann just ein sitzendes Spiel seyn? — Man kann ja andere vornehmen, wodurch der Körper beweget wird, um die bösen Folgen von dem beständigen Sitzen zu vermeiden. Zudem ereignet es sich auch nicht selten, daß ein oder andere Personen aus übertriebener Schamhaftigkeit die nothwendigen Verrichtungen der Natur zurückhalten, woraus sehr viele üble Zufälle ihren Ursprung nehmen können.

Hieher gehört auch noch das lange Schlafen, wodurch man nebst den zu befürchtenden Unfällen des Körpers auch noch den Geist unwirksam, und zur menschlichen Gesellschaft untauglich macht.

Fünfter Abschnitt.

Von dem Misbrauch der Ferngläser.

Wollte man auch das Lächerliche dieser Gewohnheit unberührt vorbeygehen lassen, daß nämlich, besonders Personen vom Stande, sogar Mode daraus machen, sich für einen Schadhaften zu erkennen zu geben, indem sie eines Fernglases bedörfen, um einen einige Schritte von ihnen entfernten Gegenstand auszunehmen, welches gewiß schlechte Augen verräth, und gewiß kein Verdienst seyn kann, um Jemand zu gefallen, so ist es doch nöthig, die daraus entstehenden Uebel anzuzeigen.

Es ist zwar bekannt, daß einige Personen von Natur aus, oder wegen ausgestandener Augenkrankheiten, oder Alters halber schwache Augen haben, und folglich dieser Hülfe benöthiget sind; diesen kann man es nicht verargen: aber junge Frauenzimmer und Jünglinge, welche nur um die Mode mitzumachen, um einen Gegenstand zu erkennen zu geben, daß man ihn betrachtet, und von ihm eingenommen ist, diese Gewohnheit angenommen haben, diese verdienen, ich weiß nicht, Mitleiden oder Verhöhnung, da sie sich freywillig in die Gefahr stürzen, des so kostbaren Pfandes ihrer Körpers beraubet zu werden, oder doch wenigstens dasselbe außerordentlich zu schwächen.

Wollte ich übrigens alles beschreiben, wie das Fernglas auf das Auge wirket, und warum es ein gutes Auge schwächen muß, so würde ich zu weitläuftig seyn, weil ich nicht allein alle Theile des Auges und die ganze Beschaffenheit desselben beschreiben müßte, sondern ich müßte auch nothwendigerweise aus der Sehekunst die Wirkung desselben auf das Aug zeigen; es wird also genug seyn, wenn ich sage, daß kurzsichtige, sehr schwache, oft entzündete, schmerzhafte, und triefende Augen die allgemeinen Folgen dieser verführerischen und übel ausgedachten Mode sind, wenn anders dergleichen Personen noch so glücklich sind, nicht gar frühzeitig blind zu werden.

Sechster Abschnitt.

Von der Schädlichkeit der Haarsalben und wohlriechenden Wassern.

Weil die in der weichen und wohllüstigen Lebensart erzogene Jugend beyderley Geschlechts nur leider allzufrüh auf tägliche neue Eroberungen denkt, so besteht auch die größte Beschäftigung ihres Geistes einzig und allein darinn, Sachen auszudenken, welche ihrem Gegenstande angenehm seyn können.

Unter so viele ihren Körper ausschmücken müßende Moden, gehört nun auch — aber nur nach ihrem verderbten Sinn — ein angenehmer Geruch. Diesen halten sie vor etwas reizendes, und sehen ihn folglich schon als ein großes Verdienst an. Daher muß die Haarsalbe mit wohlriechendem Oel zubereitet werden — der Haarpuder muß mit Bisam und dergleichen Sachen vermenget — die Kleidung und Schnupftücher mit geistreichen Wassern angefeuchtet werden, und dann — duftet der ganze Dunstkreis dieses einbalsamirten Körpers lauter Verdienste; da indessen die durch die weiche und wohllüstige Lebensart ohnehin geschwächte Nerven, noch mehr durch den hieraus verursachten Reiz, und die davon verursachte Anspannung entkräftet werden.

Ist es demnach zu verwundern, wenn eine blasse Todtenfarbe, Kopfschmerzen, Schwindel, und so verschiedene Nervenkrankheiten dergleichen Personen ohne Unterlaß abmatten, und sie Hülfe zu suchen nöthigen?

Hieher gehört auch der Schnupftabak, welcher vermöge seiner Schärfe, die er durch die Gährung, oder das sogenannte Beizen, oder wegen Vermischung ätzender Sachen erhält, die Nerven beständig kitzelt, den Zufluß der Säfte oft zu viel vermehret, und Geschwüre verursachen kann. Außer den kurz vorher angezeigten Uebeln können uns die vielen angeschwollenen rothen oder schwürigen Nasen hinlänglich überzeugen, was ein solcher beständiger Reiz vermag; denn es ist ganz leicht zu begreifen, daß die unreinen Säfte des Körpers, oder eine allenfalls durch den Misbrauch geistreicher Getränke oder anderer Sachen hervorgebrachte Säure im Blut auf diesen Theil, vermöge des von dem Tabak verursachten Reizes ihren Zufluß beständig erhalten.

Siebenter Abschnitt.

Von der Schädlichkeit der mit Gewürz und Zucker bereiteten Zeltlein.

Gemeiniglich sucht man dem durch einen verdorbenen Magen, Geschwüre der Lungen, oder innerlichen Theile des Gaumens und Mundes,

des, durch faule zerfressene Zähne verursachten stinkenden Athem durch Mittel abzuhelfen, welche eben so übel, wo nicht noch gefährlicher sind.

Man füllt nämlich den Mund mit Zeltlein oder sogenannten Diabolini an, welche von verschiedenem Gewürz und Zucker verfertiget werden, theils damit die Natur von allen Seiten Ambra ausduften solle, theils um die Natur in Anbetracht des Beyschlafes zu übertreiben. Da nun das Gewürz, vermöge des scharfen Oels die Nervenfäsergen des innern Mundes sehr stark reizt, und also den Zufluß der Säfte um ein merkliches vermehrt, so entzieht es nicht allein den Drüsen des Mundes die so nöthigen Säfte, welche zur Verdauung der Speisen unentbehrlich sind, sondern es kann auch eine im Körper vorhandene Unreinigkeit auf diese Theile noch mehr herbeylocken, woraus ein Speichelfluß, Geschwüre, Mundfäule, und allerley üble Zustände der Zähne entstehen können. Zudem aber kann das mit dem Speichel vermischte und hinunter geschluckte scharfe Oel sich mit dem Nahrungssafte vermischen, und in das Blut übergehen, folglich auch den Körper zu verschiedenen sowohl langwierigen, als hitzigen Krankheiten vorbereiten.

Hieher rechne ich auch noch den Misbrauch des Rauchtabaks, welcher freylich sonst in vielen Gelegenheiten, als in stinkenden Nebeln, ansteckenden Seuchen und Zahnschmerzen von Flüssen, herrliche Dienste leisten kann.

Achter Abschnitt.

Von der Schädlichkeit des Anstrichs.

Weil die von dem sitzenden und müßigen Leben, auch durch so viele übele Gewohnheiten erschlaften festen Theile des Körpers unmöglich ein gutes gefärbtes Blut ausarbeiten können, so findet man auch daher so wenig Personen in den großen Städten, welche eine gesunde natürliche Farbe haben. Um nun aber diejenigen Vorzüge zu erhalten, wodurch man gefallen und erobern will, so ist auch der größte Theil beschäftiget, sich täglich mit Farben zu bemalen. Wie sehr sich aber diese Personen durch ihr gezwungenes Betragen irren, zeigt die lächelnde Verhöhnung aller Anwesenden, wenn eine mit so unnatürlichen das Auge beleidigenden Farben angestrichene Person eintritt.

Und gewiß, man kann sich nichts närrischers vorstellen, als wann diese gemalte Personen noch dazu so dreist sind, über die Anmerkungen der amerikanischen Reisebeschreiber zu lachen, wo es heißt, daß diese Einwohner ihr Gesicht mit verschiedenen Farben bemalen, und ein sehr wunderliches Ansehen haben. Aber — verdient denn dieses unter Wilden mehr bewundert und ausgelacht zu werden, als unsere gemalte Europäer unter gesitteten Menschen? Betrachtet man nun noch überdies die bösen Folgen, als trie-

triefende Augen, eine verdorbene zerfressene Haut, übele schwarze Zähne, einen stinkenden Athem, so kann man auch leicht einsehen, warum solche eitle Geschöpfe von der Zeit in den besten Jahren gezwungen sind, das demüthigende Bekenntniß einer verwelkten Schönheit abzulegen; und dann siehet man auch mit beklemmten Herzen jene verzweiflungsvolle Tage anrücken, welche die Erinnerung verflossener Zeiten vergället, woraus oft die wunderbare Reizbarkeit der Nerven, die Schwermuth und die Tollsucht der Frauen entstehen; Krankheiten, welche mit so vielem Jammer und Elend verknüpfet sind, daß auch der größte Barbar zum Mitleid bewogen werden muß.

Sollten diese schrecklichen Trauerspiele nicht eine reifere Ueberlegung verdienen, als solche verderbliche Neuerungen so platterdings zu nehmen, wodurch man sich der Gefahr aussetzt, in Krankheiten zu verfallen, welche die Menschheit so sehr erniedrigen?

Zwote Abhandlung.

Von ein und andern herrschenden lasterhaften und verderblichen Ausschweifungen.

Daß die wahre Tugend die einzige Quelle alles unsers zeitlichen Wohlseyns, aller freudigen Gedanken, der angenehmsten Ruhe und Zufriedenheit unsrer Seele, und der allervollkommensten und dauerhaftesten Gesundheit unsers Leibes sey, ist freylich schon unzähligmal dem lasterhaften Theile der Menschen von dem tugendhaften auf eine immerdar höchst rührende und überzeugende Weise angezeiget worden. Aber alle diese Wahrheiten haben leider bis auf den heutigen Tag auf die Gemüther der meisten Menschen keinen heilsamen Eindruck gemacht; wer einmal zu sündigen gewohnt ist, sündiget so lange fort, so lange er dabey ein sinnliches Vergnügen und Wohllust empfindet; kaum aber verwandelt sich dieses wohllüstige Gefühl in Unmuth, Traurigkeit, Angst, Furcht, und in eine Menge von schmerzhaften und tödtlichen Krankheiten des Körpers, so sieht man freylich mit Erstaunen, daß die Tugend kein leeres Hirngespinst, sondern ein sicherer Weg zur zeitlichen und ewigen Glückseligkeit, und die Folgen der

Laster nach ihrer Größe und Graden abgemessene Bestrafungen seyn.

Dieses beweiset nun meines Erachtens sehr deutlich, daß die meisten Menschen mehr durch physische als moralische Wahrheiten sich zur Tugend leiten lassen; und daher werde ich mich auch in den nachfolgenden Abtheilungen bemühen, meinen Lesern so kurz als nur immer möglich, mit einer physischen Gewißheit zu zeigen, daß die lasterhafte Ausschweifungen allemal einen höchst schädlichen Einfluß auf unsern Körper haben, und daß sie zuletzt gänzlich die vortrefliche Harmonie der Theile desselben, auf deren unsre ganze Gesundheit, das Leben, und die unschätzbare Freudigkeit und Ruhe unsers Gemüths gegründet ist, zerstören.

Erste Abtheilung.

Von der Trunkenheit.

Weil das Laster der Trunkenheit leider nur gar zu oft die Quelle vieler andern ist, und ein Mensch dadurch in wenig Augenblicken seines Verstandes und Sinnen auf eine Zeitlang beraubet, einem unsinnigen Thiere ganz ähnlich, und für seinen Nächsten, wie für einen ganzen Staat höchst gefährlich werden kann, so handele ich solches auch zuerst ab.

Nicht nur den höchsten Grad der Trunkenheit, der nämlich wie ich eben gemeldet, den Menschen ganz thierisch und zu allen nützlichen Ge-

Geschäften vollkommen untüchtig macht, nenne ich ein Laster: Es giebt viele Personen, die von Jugend auf sich nach und nach an das Weintrinken so stark gewöhnt haben, daß sie endlich gleichsam gezwungen sind, täglich ein außerordentliches Maaß zu trinken, und davon doch nicht berauscht, oder ihrer Sinnen verlustigt werden; ja sie führen noch sogar zu ihrer Beschönigung an, daß eben diese Menge Wein oder anderer hitzigen Getränke das wirksamste Mittel zur Erhaltung ihrer Gesundheit sey, ohne welches sie den ganzen Tag hindurch zu aller Arbeit träge, und sehr niedergeschlagen seyn würden. — Ist aber eine solche Gewohnheit, die unsere Gesundheit zerstöret, und sehr frühzeitig das Leben verkürzt, nicht auch ein Laster zu nennen? — Ja — alles ist an uns Laster zu nennen, was in unsern Handlungen wider unsre wahre Bestimmung streitet, und zum Nachtheil unsers Nächsten gereicht.

Seitdem der Wein und die übrigen hitzigen oder berauschenden Getränke von vielen Personen so hoch geachtet werden, daß sie eher hungern, und neben dem reinsten Quellwasser Durst leiden, als selbigen entsagen könnten; so hat uns auch die tägliche Erfahrung hinlänglich bewiesen, daß auf einen unmäßigen und anhaltenden Gebrauch dieser Getränke tödtliche Schlagflüsse, Blutstürzungen, hitzige Fieber, unheilbare Wassersuchten, langwierige Gliederkrankheiten, oder eine gänzliche Dörrsucht erfolgt sind. Ja der gei-

geistige Theil des Weines verhärtet auch sogar alle Fibern und festen Theile des Körpers, und macht sie endlich so unempfindlich, daß sie ihre zusammenziehende Kraft fast gänzlich verlieren, und dadurch ein Weintrinker in seinem besten und blühendsten Alter einem abgelebten Greise ähnlich gemacht wird: seine natürliche Farbe verändert sich in eine blaßgelbe; seine Glieder erstarren und zittern aus Schwachheit bey der mindesten Bewegung seines Körpers; er verliert alle Lust zum Essen; keine Speisen schmecken ihm mehr gut, als stark gesalzene und scharfe, weil sie noch in etwas vermögend sind, die halberstorbenen Fibern seines Gaumens und Magens zu reizen, und er alsdann in desto größerm Maaß sein beliebtes Getränk genießen kann. Und, je näher nun ein solcher Weinsäufer, die ihm seinen völligen Untergang befestigende Krankheit heranrücken sieht, desto stärker wächst auch in ihm die Begierde zum Wein, so daß er endlich doch allzufrühzeitig seinen Geist aufgeben muß, er mag einen oder keinen Wein trinken.

Wie wunderbar wirket nicht ferner der geistige Theil des Weins auf unsere Nerven, insonderheit aber auf das Hirn selbst, welches er augenblicklich so stark reizet, daß hievon die Lebensgeister sich in alle übrigen Theile des Körpers häufig ergießen. Dieses ist die Ursache, warum man von einem ganz mäßigen Gebrauch des Weins ganz fröhlich und munter wird, oft den stärksten Unmuth und Traurigkeit vergißt,

eine

eine freyere und beredtere Sprache als sonsten hat, zu allen Unternehmungen kühner, und in den Gefahren dreister wird. Würden nun die Weintrinker sich mit einem solchen Zustande begnügen, und ihn nicht zu oft suchen, so würde dabey ihre Gesundheit keinen außerordentlichen Schaden leiden: aber wenn einmal ihr Blut und ihre Lebensgeister auf eine so angenehme Art erhitzet ist, daß sie dabey nichts als Fröhlichkeit und ein munteres Wesen in sich fühlen, halten sie sich für so glücklich, daß sie wünschen, lange Zeit in gleichem vergnügten Zustande verbleiben zu können; sie bleiben deswegen so lange beym Tische sitzen, so lange noch etwas von dem bezaubernden Getränke vorhanden ist, oder bis der unmäßige Gebrauch davon ihrer Natur zum Eckel wird, und ihnen Uebelkeiten, Kopfschmerzen, Bangigkeiten, und andere Uebel mehr verursacht. Man sollte freylich glauben, es seye unmöglich, daß ein vernünftiger Mensch, der sich einmal so berauschet, daß er diese schädlichen Wirkungen an seinem Körper empfunden hat, zum zweytenmal den nämlichen Fehler begehen kann; allein es hat mit diesem Laster die nämliche Bewandnis, wie mit allen übrigen: wer einmal ihre trügerischen Annehmlichkeiten gekostet, der behält sie immerdar bey, leidet neben der kurzen Freude, und geht endlich mit einer allzuspäten Reue zu Grunde.

Von einem unmäßigen Gebrauch des Weins und aller geistreichen Getränke wird ferner durch die

die starke Reizung, die sie auf die Nerven machen, das Blut allemal in eine sehr starke Wallung gebracht, und entzündlich gemacht. Man fühlet es ganz deutlich aus der Vermehrung der Pulsschläge bey einem berauschten Menschen, an der brennenden Hitze seines ganzen Körpers, und der hochrothen Farbe des Angesichts, wohin das Blut häufiger, als in die untern Theile getrieben wird; und was beweisen hierbey nicht die dunkelrothen und kupferfarbigen Wangen, die mit Weintrauben gezierten Nasen, bey starken Weintrinkern; müssen nicht vom Triebe des Weins die kleinen Blutgefäße des Angesichts von dem allzuhäufig eingedrungenen Blute auf eine außerordentliche Weise nach und nach ausgedehnt werden, und dieses beweist eben auch die vermehrte Bewegung der Säfte.

Wer verwundert sich also, daß so viele berauschte Personen an Schlagflüssen plötzlich sterben? — Will man etwa einer in ihrem Körper hierzu geneigten Leibsbeschaffenheit, als z. E. einer allzustarken Verkürzung des Halses, kropfartigen Geschwulsten, die äußerlich oder innerlich daran entstehen, und durch welche der Rücklauf des Blutes gegen das Herz allzustark gehemmet, und einige Schlagadern zum Zerreißen gebracht werden könnten, die Schuld hievon beymessen? — Es ist wahr, diese und noch andere Ursachen sind freylich vermögend, tödtliche Schlagflüsse zu verursachen, wenn der Mensch schon keinen Wein, oder andere geistige Getränke im

Ueber=

Uebermaaß zu sich genommen, aber — von starken Berauschungen entstehen sie eben so leicht und oft.

Eben so begreiflich ist auch die Ursache von den hitzigen und entzündlichen Fiebern, mit denen so viele Weinsäufer überfallen werden. Wie oft geschieht es nicht, daß sie bey einer sehr starken Erhitzung und Ausdünstung ihres Körpers, die der geistige Theil des Weins verursacht, sich plötzlich zu erkühlen suchen, und dadurch verursachen, daß die scharfe ausdünstende Materie in das Blut zurückgeführet wird, daselbst sodann stocket, und in kurzer Zeit entweder eine Verschwürung oder gar den Brand verursachet. Entzündungen des Halses, oder der Lungen; der Seitenstich; schmerzhaftes Bauchgrimmen; Harndrängen; Gliederkrankheiten, lang anhaltende Husten, durch die oft sehr beträchtliche Blutgefäße in den Lungen zerrissen werden, daß darauf eine tödtliche Lungensucht erfolget; Schlagflüsse; Steckflüsse; und noch viele andere Krankheiten mehr sind oft die Folgen von einer solchen plötzlichen Unterdrückung der Ausdünstung der Haut. Dieses weiß freylich der Trunkenbold nicht, er sauft ganz sorgenlos fort, bis ihn endlich eines von diesen Uebeln überfällt.

Kann es wohl von einer andern Ursache, als von der Schärfe der Säfte herkommen, daß die meisten Weintrinker in einem gewissen Alter weit länger und heftiger mit Gliederkrankheiten

heiten und dem Podagra geplaget werden, als andere, die wenig oder gar keinen Wein getrunken haben? Muß endlich nicht diese Schärfe durch die beständig allzusehr vermehrte Kraft des Herzens und der Pulsadern mit den lymphatischen Theilen des Blutes in ihre Gefäße getrieben werden, daselbst den lymphatischen Saft verdicken, die Gefäße schmerzhaft ausdehnen, und Geschwulsten in den Gelenken verursachen, die oft nicht mehr zu zertheilen sind, wenn die Gefäße gänzlich ihre elastische Kraft verlohren haben, und die darinn eingeschlossene Materie kalkartig geworden ist? — Vergeblich enthält man sich alsdann des vielen Weintrinkens, wenn diese Uebel einmal zu einem solchen Grade gekommen sind. Vergebens erwählet man sich statt des Weins die Milch zu seinem täglichen Getränke, und die leicht verdaulichsten Speisen zur Nahrung, damit die Säfte dadurch verbessert, und wieder ihre gehörige Eigenschaften bekommen, ja man gebrauche noch dabey die besten nervenstärkenden Arzneymittel, und hüte sich sorgfältig vor allem, was die Nerven schwächen, und das Blut in eine unordentliche Wallung bringen kann, alles dieses wird das Uebel niemals vollkommen heben, weil dadurch die durch eine allzu gewaltsame Ausdehnung gänzlich verlohren gegangene elastische Kraft in den kleinen Gefäßen, nicht wieder ersezet werden kann, und auch keine stärkende Mittel unmittelbar auf selbige wirken können. Wie sollen also die Weinsäufer hoffen können, daß diese schmerzhafte Ue-

bel in ihrer übrigen Lebenszeit um vieles zu verbessern seyn; und gesetzt auch, es wäre möglich, so hätte doch aus tausenden kaum einer die gehörige Geduld, einige Monate lang sein Lieblingsgetränk vollkommen zu verläugnen, und sich hingegen der allerstrengsten Lebensordnung zu unterwerfen, auf der doch einzig und allein die Möglichkeit einer solchen Besserung gegründet ist.

Einen gleichen Ursprung haben die garstigen Geschwüre und Ausschläge der Haut bey denjenigen, die viel Wein und hitzige Getränke zu sich nehmen. Wie durchdringend und schädlich aber die von diesen Getränken erzeugte Schärfe sey, kann man ganz deutlich daraus abnehmen, daß sie, wenn sie in die äußersten Gefäße der Haut getrieben wird, und in selbigen einige Zeit sich aufhält, die Gefäße endlich zerfrißt, die Haut gänzlich zerspaltet, und in Verschwürung bringt. Uebrigens mögen dergleichen Geschwüre und Ausschläge der Haut an einem Theil des Körpers entstehen an was für einem sie wollen, so darf man doch selbige niemals mit äußerlichen Mitteln zu vertreiben suchen, weil darauf leicht tödtliche Schlag- und Steckflüsse, unheilbare Durchfälle, Gliederkrankheiten, Wassersuchten, und an drüsichten Theilen der Krebs entstehen könnten.

Unter die nicht gar seltenen Krankheiten an der sehr viele Weinsäufer sterben, gehört auch die sogenannte Weinlungensucht, oder die Verschwü-

schwürung derjenigen Drüsen, welche neben der Luftröhre hinunter in die Lunge gehen, und die gänzliche Dörrsucht, welche ihren Ursprung ebenfalls von der Schärfe nehmen, die der unmäßige Genuß des Weins und der geistigen Getränke in den Säften eines solchen Menschen erzeuget. Diese auszehrende Fieber aber sind insgemein unheilbar, weil sie eine gänzliche Verderbniß der Säfte zum Grunde haben, und weil die meisten Drüsen der Eingeweide so stark verstopft und verhärtet sind, daß sie mit keinen Mitteln mehr eröffnet werden können. Alles dieses sind Wirkungen jener Schärfe, die das Blut auflöset, und die Fibern und Nerven reizet. Ja, eben diese Auflösung des Blutes ist auch die Ursache der verschiedenen Wassersuchten, womit die Weinsäufer befallen werden. Die meisten von ihnen sehen freylich dieses als ein ungerechtes Verfahren von der Natur gegen sie an, oder zum wenigsten kömmt es ihnen doch unbegreiflich vor, wie geistige Getränke wässerige Geschwulsten an ihrem Körper hervorbringen können; **hätten wir in unserm Leben so viel Wasser als Wein getrunken, so würden wir uns jezund gar nicht über unsern Zustand verwundern,** hört man sie noch ganz entrüstet ausrufen.

Endlich schwächt auch der unmäßige Gebrauch eines allzusauren sehr wenig geistige Theile in sich habenden Weins die Fibern des Magens dergestalt, daß alle Lust zum Essen vergeht,

oder öfteres Erbrechen und starke Blähungen sich einstellen, weil diese Säure mit der Galle in eine beständige Gährung kömmt. Zuletzt löset sie auch das Blut gänzlich auf, wie der Eßig, woraus sodann unheilbare Wassersuchten oder Blutstürzungen entstehen.

Dieses wären also überhaupt die schädlichen Folgen der Trunkenheit. Wer sich nicht durch selbige schrecken läßt, und nichtsdestoweniger in diesem Laster beharrt, der verdient weder Gesundheit noch langes Leben. Noch gut wäre es, wenn dieß die gänzliche Bestrafung des Trunkenbolds wäre; allein es bleibt nicht bey dieser einzigen Bestrafung, sondern dieses Laster zieht ihn zu eben so gefährlichen hin, durch welche sein Untergang desto früher beschleuniget wird. Es wirket mit einer außerordentlichen Kraft auf alle seine Sinnen, und vermehrt sehr stark alle Leidenschaften seines Gemüths.

Wie oft entzündet nicht das Laster der Trunkenheit die Begierden des Menschen zur Wohllust und Unkeuschheit, welches sodann mit doppelter Macht in kurzer Zeit seine ganze Gesundheit zerstöret! Wie oft erfahren wir nicht, daß von Natur sonst sanftmüthige Personen in der Trunkenheit wie rasend werden, Jedermann mit Gewalt angreifen, oder über Kleinigkeiten in einen solchen Zorn gerathen, daß sie sich bisweilen mit ihren besten Freunden abwerfen, mit andern einen gefährlichen Streit bekommen,

der

der ihnen oft plötzlich das Leben kostet, oder sie die Folgen des Zorns an ihrem Körper fühlen müssen, welche nichts geringes sind! Wie oft zwingt nicht dieses Laster Leute, die keine Tugend kennen, die abscheulichsten Thaten gegen ihren Nächsten mit frechem Muthe auszuüben, und in einem solchen unglücklichen Augenblicke allen Gefahren eines schändlichen und sehr schmerzhaften Todes sich bloß zu stellen, welches sie ohne Berauschung niemals zu thun gewagt hätten! Und — wie verachtungswürdig muß nicht demnach ein Trunkenbold, der sich vorsätzlich und mit Vergnügen seiner Sinnen beraubet, sich niedriger als ein unvernünftiges Vieh macht, seinen Nächsten oft ohne Ursach beleidiget, und der menschlichen Gesellschaft mehr zur Last als zum Nutzen gereicht, einem jeden vernünftigen und gesitteten Menschen vorkommen!

Wo endlich dieses Laster herrschet, da entstehet in allen Ständen der Menschen Unordnung und Böses. Ein Trunkenbold kann eben so wenig ein guter und rechtschaffener Vater als nützlicher Bürger eines Staats seyn; entweder geht er auf eine tyrannische Art mit seinen Kindern um, oder er lehret sie anstatt der Tugend allerley Laster kennen, an die sie sich nach und nach dergestalt gewöhnen, daß sie endlich leibhafte Ebenbilder ihres Vaters in allem Bösen, und wie er Feinde des Guten werden. Ja, noch mehr, indem ein solcher Trunkenbold

die beste Zeit seines Lebens in immer beständiger Schwelgerey zubringt, befördert er endlich den gänzlichen Untergang seines Hauses; anstatt daß er mit seinem Fleiß und Arbeit, sich, sein Weib und Kinder ernähren, für ihre gute Erziehung sorgen, sie zu nützlichen Bürgern des Staats machen, und ihnen nach seinem Tode noch so viele Mittel hinterlassen sollte, daß sie ihres künftigen Glückes vollkommen versichert seyn könnten; anstatt dessen stirbt er oft in der größten Armuth, und hinterläßt nichts als Schulden, ein schüchtern gemachtes Weib, und übel erzogene Kinder, welche in ihrem besten Alter noch ohne Sitten, ohne Wissenschaften, ohne Erfahrung, und untüchtig zu allen nützlichen Arbeiten des Körpers und des Geistes sind, weil sie der Vater nur im Müßiggang auferzogen hat.

Es hält freylich sehr schwer, sich von dem Laster der Trunkenheit los zu machen, wenn man selbigem schon viele Jahre lang stark ergeben gewesen ist, und die Mittel, welche dawider von vielen angepriesen werden, sind bisweilen der Gesundheit eben so nachtheilig, als das Uebel selbst, und können deswegen nie sicher gebraucht werden. Der beste Rath, den ich solchen Personen hierüber ertheilen kann, besteht kürzlich darinn: Man vermindere nur alle Tage unmerksam das gewohnte Maaß von Wein, Brandwein, oder Bier, und trinke in der Zwischenzeit bisweilen ein Glas recht kaltes Wasser. Ist man nach einigen Wochen so weit

ge-

gekommen, daß man sich mit zwey Drittheil Wein eben so munter und vergnügt befindet, wie vorhin mit dem ganzen, so fange man alsdann an, so oft als man trinkt, ein wenig Wasser unter den Wein zu gießen, aber auf eine eben so unmerksame Art, wie vorhin mit der Verminderung des Weins. Auf diese Art gewöhnt man sich, daß man zuletzt nur um eines natürlichen Durstes, und nicht um der Gewohnheit willen trinkt, und bringt auch zugleich nach und nach in die fast fühllos gewordenen Fibern des Gaumens und der Zunge wiederum einen natürlichen Reiz und Geschmack für natürliche Getränke.

Zwote Abtheilung.

Von dem allzu delikaten Essen und Trinken.

Viele Personen wollen schon hier auf Erden für ihren noch unvollkommenen Körper eine beständige Wohllust haben, und solche unendlich vergrößern; sie wissen, daß das Essen und Trinken, wenn man Hunger und Durst hat, Wohllust erwecket, aber sie wollen auch die nämliche Wohllust durch Kunst bey sich hervorbringen, so oft ihre Seele vorzüglich an diese zu denken gereizet wird, wenn sie schon keinen Hunger noch Durst haben, und sie sich desselben weder durch strenge Arbeit noch Fasten verdient gemacht haben. Durch Kunst bereiten sie sich

also Speisen und Getränke, die durch ihr allzu reizendes Wesen die Fibern des Magens und Gaumens über ihre Kräfte hinaus und zu einer unnatürlichen Begierde selbige zu empfangen, anstrengen, denn die bestimmte Stunde kömmt, wo sie sich ihre Mahlzeit verordnet haben, obschon ihr Magen von den letzt genossenen Speisen noch nicht leer und keine natürliche Begierde zum Essen oder Trinken darinn vorhanden ist. Eine gemeine Kost und das Wasser zum trinken, welches einen durch Arbeit ermüdeten Taglöhner wohllüstig erquicket, ist ihnen zu einer solchen Zeit ganz schmacklos, sie setzen ihnen also einen vierfach stärkern Geruch und Reiz zum Geschmacke bey.

Jedem Welttheile, ja beynahe jedem Lande hat der allerweiseste Schöpfer zur Erhaltung der Menschen, an Baumfrüchten und Erdgewächsen, an Thieren, Fischen und Vögeln, das Nöthige gegeben, so daß die Bewohner desselben immerdar vergnügt leben könnten, und niemals nöthig hätten, aus andern Welttheilen fremde Nahrungsmittel und Getränke herzuholen. Der wohllüstigste von allen Einwohnern des Erdbodens aber, der Europäer, ist mit dieser gütigen und höchst weisen Verordnung des Schöpfers nicht zufrieden, sondern er beschreibt aus dem einen Welttheile Kaffee, Thee, Kakao, Zimmet, Ambra und verschiedene andere scharfe und hitzige Gewürze; oder wenn er den Wein, der in seinem Lande wächst, bey einem mäßigen Gebrauche für seine

wirklich verwöhnten Fibern des Gaumens nicht kräftig genug mehr findet, läßt er sich aus einem andern Welttheile die allerstärksten geistigen Weine, oder einen aus den Zuckerröhren durch die Gährung ausgezogenen brennenden Geist herkommen, an dessen Gebrauch er sich nach und nach eben so sehr gewöhnt, wie an seinen natürlichen wässerigen Wein. Was für Nachtheile von solchen Getränken endlich in dem Körper entstehen müssen, habe ich allbereits in der vorigen Abtheilung angezeigt. Aber mit der Nahrung verderbt sich der wohllüstige Prasser eben so sehr, und füllt alle seine Säfte mit einem Stoff vieler tödtlichen Krankheiten an.

Unter die gemeinsten Uebel, womit wohllüstige Prasser befallen werden, gehören unstreitig die Blähungen. Der Prasser sitzt gemeiniglich an einer Tafel, die mit zwanzig verschiedenen und auf die schädlichste Art zubereiteten Speisen bedeckt ist, und damit sie der Magen mit desto größerer Lust annehme, nimmt er bisweilen ein Glas vom besten Weine, der durch seine geistige Kraft dessen zusammenziehende Fibern zu einer schnellern aber desto unvollkommenern Verdauung anstrenget, denn die in den Speisen befindliche Menge von scharfen Gewürzen ziehen den Magen plötzlich so stark zusammen, daß er die empfangenen Speisen nur halb verdaut in die Gedärme hinunter treibt. Daher kömmt es nun, daß solche Personen kurz nach ihren eingenommenen Mahlzeiten dergestalt mit

Blähungen im ganzen Bauche angefüllet werden, daß sie ohne ein höchst beschwerliches Athemholen weder frey gehen, noch einige beträchtliche Leibesübungen ertragen können. Im Anfang lassen freylich alle diese Beschwerden ziemlich geschwinde nach, wenn aber einmal der Magen und Grimmdarm dergestalt ausgedehnt werden, daß sie zuletzt die Kraft sich wieder in ihre natürliche Gestalt zusammen zu ziehen, verlieren, alsdann fängt das Leiden, das vorhin nach genossener übermäßigen Mahlzeit nur eine Stunde lang gedauert hat, halbe Tage lang an zu wüthen, und durch die vermehrte unangenehme Reizung der Nerven auf das Gemüth zu wirken, und solches traurig, mürrisch, oder verdrüßlich zu machen.

Was stellt demnach ein solcher Freßprasser in der Welt vor? — Nichts anders als — eine mit dem vierten Theil menschlicher Vernunft beseelte viehische Maschine, die in der wenigsten Zeit des Tages etwas Nützliches hervorzubringen vermögend ist. Es giebt leider solche Personen genung, die in Zeit von vier und zwanzig Stunden vier Mahlzeiten halten, und dazu wenigstens acht Stunden anwenden; ich rechne eine Stunde für das Frühstück, drey Stunden für die Mittagsmahlzeit, eine Stunde für die Nachmittagskollation, und wieder drey Stunden für das Nachtessen.

Diese Berechnung ist gewiß sehr mäßig, und ich bin überzeugt, daß ich vielen Freßprassern einen empfindlichen Verdruß verursachen würde, wenn ich ihnen nicht mehr als acht Stunden Zeit zum Essen und Trinken gestattete. In dieser Zeit von acht Stunden aber bleiben alle Theile des Freßprasserkörpers, ausgenommen der Mund, Gaumen, Magen, und einige Muskeln der Hände, in einer trägen Ruhe; und weil der Magen alsdann mit einer sehr angestrengten Kraft arbeitet, um die im Ueberfluß empfangenen Speisen so gut als möglich zu verdauen, so zieht er auch während dieser Arbeit viel Lebensgeister aus dem Gehirne an sich, welches sodann die Ursache des am Ende der Mahlzeit sich plötzlich einstellenden Schlafes ist. Der Prasser schläft demnach nach der Mittagstafel zwey Stunden lang; von eilf Uhr des Nachts bis Morgens um neun Uhr, zehn Stunden lang; hiemit bringt er also in Zeit von vier und zwanzig Stunden, zwanzig Stunden, ohne die mindeste Beschäftigung oder Bewegung des Körpers zu. Eine zweyte Ursache, welche dem wohllüstigen Prasser eine Menge von Krankheiten zuziehet.

Es sind demnach drey Hauptstücke, durch welche ein Prasser seiner Gesundheit schadet, und sein Leben verkürzet. Zu dem ersten gehören die unnatürlichen Speisen und Getränke, an die er sich nach und nach gewöhnt, um damit seine Freßlust zu befördern und zu vermehren.

ren. Das Zweyte, welches eine Folge von dem ersten ist, ist die Unmäßigkeit im Essen und Trinken, wodurch sein Körper mit schädlichen Säften angefüllet wird. Das dritte ist ganz offenbar den in unserm Körper bestimmten Gesetzen der Ruhe und Bewegung zuwider, von deren genauen Beobachtung ein großer Theil unsrer Gesundheit abhängt.

Niemand wird sich also verwundern, daß wohllüstige Prasser oft nach eingenommener Mahlzeit mit Ohnmachten, Erbrechen und Bangigkeiten heftig geplaget, bald mit den allerbösartigsten Faul- und Gallenfiebern, bald aber mit den schmerzhaftesten Gallenkoliken überfallen werden, und endlich daran ihren Geist aufgeben müssen. Durch die unnatürliche Zubereitung der Speisen wird der Prasser ferner täglich gereizet mehr Nahrung und Getränke zu genießen, als er zur Erhaltung seiner Gesundheit vonnöthen hat. Was ist also die Folge hievon? — Diese — daß er seinen Körper mit reinen und unreinen Säften anfüllet; und gesetzt auch, er würde nur reine Säfte bekommen, so würde er nichtsdestoweniger in einer beständigen Gefahr seyn, bald an Schlag- oder Steckflüssen, bald aber an Blutstürzungen plötzlich zu sterben. Vergeblich sucht der Prasser wider die Gefahren durch öfteres Aderlassen sich in Sicherheit zu setzen, seine allzusehr ausgedehnten Blutgefäße ziehen sich nicht so leicht wider in ihre natürliche Größe zusammen, und

wenn

wenn er schon eine Zeitlang das Blut durch Aderlassen vermindert, so schwächt er hingegen jedesmal dadurch die Gefäße noch mehr, und anstatt mit Blut füllen sie sich alsdann mit serossen und andern Feuchtigkeiten an, daß auch von deren Ueberfluß Schlag- und Steckflüsse entstehen können. Aber auch dieser Gefahr sucht der Prasser zu widerstehen, durch den öftern Gebrauch abführender Mittel, und scheint sodann in seinem Sinn, bey dem Gebrauch dieser Hülfs- und Vorbauungsmittel, von aller Gefahr eines plötzlichen Todes befreyt zu seyn. Aber nein! — er ist ihm niemals näher, so lange er in seiner Prasserey fortfährt: denn — stirbt er nicht an Schlagflüssen, so sind es unheilbare Wassersuchten, die seinem wohllüstigen Leben ein Ende machen; und dieses letztere ist endlich die Wirkung seiner lange gebrauchten Rettungsmittel, durch welche er eines Theils durch das öftere Aderlassen das Blut allzu dünne, andern Theils aber die Fibern des Magens und der Gedärme durch starke Purgirmittel dergestalt geschwächt hat, daß endlich kein guter Nahrungssaft, und folglich auch kein gutes Blut mehr erzeuget wird. Von dieser Ursache entstehen auch oft die rhevmatischen Schmerzen, das Podagra, und die Verhärtungen der Leber und der Milz.

Durch die vielfältigen Ueberladungen wird endlich der Freßprasser außer Stand gesetzt, sich diejenige Leibesbewegung zu verschaffen, die nach

den Gesetzen der Natur erfodert wird, wenn er gesund bleiben will. In Zeit von vier und zwanzig Stunden nur eine Stunde, wie es viele thun, mit einer geringen Beschäftigung oder Leibesübung zuzubringen, ist ein Leben, das dem Leben der **Murmelthiere** gleicht, die oft aus Mangel der Nahrung schlafen, damit sie durch vieles gehen und laufen sich nicht zu sehr an Lebensgeistern erschöpfen. Dieses hat ja der Freßprasser gar nicht zu befürchten, denn seine hitzigen und allzu nahrhaften Speisen und Getränke verschaffen ihm ja einen Ueberfluß an Lebensgeistern, so daß er doppelt so viel als andere arbeiten könnte, wenn freylich sein über alle Kräfte ausgespannter Magen und seine von der Gährung der Speisen sehr aufgetriebene Gedärme, welche die mehresten Lebensgeister des Gehirns an sich locken, um ihre strenge Arbeit desto geschwinder und leichter vollenden zu können, ihn nicht daran verhinderten. Aber nicht nur dieses, sein ganzer Körper wird nach und nach so stark, dick und fett, daß die Muskeln an den Füßen und Schenkeln davon sehr beschwert und in ihrer Zusammenziehung verhindert werden, und er also dabey gleichsam gezwungen ist, zu sitzen oder zu liegen, weil ihm das Gehen, Herzklopfen, Engbrüstigkeiten und Bangigkeiten verursachet.

Von den schädlichen Getränken, mit denen ein wohllüstiger Prasser seine Gesundheit zerstöret, habe ich schon zum Theil in der vorigen Ab-

Abtheilung gehandelt, nämlich vom Wein und den geistigen Getränken: es giebt aber noch verschiedene andere, die ihm gleichfalls nicht wenig schaden. Nach eingenommener Mahlzeit erfordert der fast in ganz Europa eingeführte Gebrauch, daß man dem allzuvollen und ausgespannten Magen mit einigen Schaalen voll Kaffee zu Hülfe komme; denn man glaubt hiermit seine Dauung leichter und geschwinder zu befördern, und man glaubt es deswegen, weil man insgemein nach diesem Getränke sich um etwas fröhlicher und munterer in seinem Gemüthe befindet, als vorhin. Diese Wirkung aber entsteht blos von der betäubenden Eigengenschaft des Kaffees, er weckt zwar eine kurze Zeit die Lebensgeister auf eine lebhafte und angenehme Art wie der Mohnsaft auf, aber sobald sein flüchtiger Geist aus dem Magen ausgedünstet, so sinken auch gleichsam die Kräfte in allen Gliedern, und man wird verdrüßlich und matt, wie nach dem Gebrauche des Mohnsaftes. Und — was soll das warme Wasser, darinnen das Kaffeepulver gekocht wird, in einem mit vielen Speisen angefüllten Magen für gute Dienste leisten? — Soll es etwan seinen Fibern mehrere Kräfte geben, daß sie sich stärker und geschwinder zusammen ziehen nnd verdauen können? — Nein! — es wird sie im Gegentheil stark erweichen, und ihre zusammenziehende Kraft äußerst vermindern. Von gleich schädlicher Wirkung ist auch der häufige Gebrauch des Thees, womit viele Prasser am Morgen den in ihrem

rem Magen gesammelten Schlamm von Schleim, Galle u. s. w. ausspülen. Auch der Chokolade schwächt die Fibern des Magens außerordentlich, weil er viel Oel in sich hat, das sehr erweichend ist; man mischet freylich insgemein verschiedene hitzige Gewürze darunter, um zu verhindern, daß das Oel die Fibern des Magens nicht zu stark erweiche, allein diese reizen auf der andern Seite die Nerven des Magens zu stark, vermehren dadurch den Trieb in allen Säften, und vergrößern darinn das Maaß ihrer Schärfe und der Entzündlichkeit.

Dritte Abtheilung.

Von der Selbstbefleckung.

Daß das Laster der Hurerey und Selbstbefleckung eine Quelle von unendlichen Verderben für unsre Gesundheit sey, und den Körper weit stärker und geschwinder als kein anders Laster zu Grunde richte, davon haben schon verschiedene Aerzte so weitläuftig geschrieben, daß ich auch hierüber meine Gedanken nur ganz kurz mittheilen werde.

Die tägliche Erfahrung überzeuget uns leider nur allzu gewiß, und man kann es auch zugleich aus der Natur des menschlichen Körpers ganz deutlich beweisen, daß der größte Theil der Nervenkrankheiten, das hypochondrische Uebel, die Mutteraffekten, Gichter, Zuckungen, hinfallende

lende Krankheit, Lähmungen, Auszehrungen, Blindheit, Unsinn, schmerzhafte Magenkrämpfe, heftige Blähungen, anhaltende Bauchflüsse, angsthaftes Herzklopfen, schmerzhaftes Harndrängen, starkes Blutharnen, und der unempfindliche Abgang des Harns und Samens, mehr von diesem Laster, als von andern Ursachen hervorgebracht werden. Man weiß auch aus der nämlichen Erfahrung, daß viele Mannspersonen durch dieses Laster, eben in demjenigen Alter, wo sie die stärksten Kräfte besitzen sollten, in das Unvermögen versetzt werden, Kinder, oder wenigstens nur solche zu erzeugen, die mit einer angeerbten Schwachheit aller festen Theile bis in ein gewisses Alter ein elendes und kränkliches Leben führen und vor der Zeit sterben müssen. Aber nicht nur die Fibern und Nerven werden von der Gewalt dieses Lasters angegriffen, daß daraus die eben angezeigte Uebel erfolgen müssen, sondern es leiden auch die flüßigen Theile dabey eben so viel, theils von der außerordentlichen Bewegung, in die sie bey diesem Laster durch die gereizten Nerven plötzlich versetzet werden, theils auch von der Schwachheit der Nerven, und Fibern, die es erwecket. Daher erfolgen so vielmal auf das Laster der Hurerey und Selbstbefleckung plötzliche Schlagflüsse, auszehrende Fieber, Wassersuchten, Hautkrankheiten, Gliederkrankheiten, Podagra u. s. w.

So betrübt nun alle diese sich selbst und so zu sagen mit Gewalt zugezogenen Zufälle sind,

so sind sie doch bey weitem noch nicht so groß und schreckhaft, wie diejenigen sind, die bisweilen Jünglinge an ihrer Seele und Sinnen empfinden, wenn sie eine lange Zeit diesem Laster ergeben gewesen. Die meisten von ihnen haben ein blasses Angesicht: einen magern und ausgezehrten Körper: wandeln in ihrem blühendsten Alter, wo ihr Herz und Sinnen eine stete Fröhlichkeit und ein munteres Wesen auf die angenehmste Art beleben sollte, mit einem ganz niedergeschlagenen und traurigen Gemüthe herum: finden in den besten und artigsten Gesellschaften keine Freude und Erquickung, und in der unendlichen Schönheit der Natur nicht den geringsten Reiz zum Vergnügen für ihre Seele: durchlesen die besten, die nützlichsten und angenehmsten Schriften ohne die mindeste Rührung ihrer Sinnen: machen sich mit Gewalt zu aller Arbeit des Leibes und Geistes dergestalt untüchtig, daß sie ihres Geschlechts ganz unwürdig sind: haben die Augen wie von einem starken Triebe zum schlafen halb zugeschlossen: reden wenig und gleichsam nur gezwungen: spazieren wie Greise fast athemlos und ohne Kräfte herum: sinken vor Schwachheit und Kraftlosigkeit fast in Ohnmacht, sobald ihr Magen an Speisen und Getränken leer ist, und bleiben so lange in diesem Zustande, bis sie wieder durch geistige Getränke und eine sehr stärkende Nahrung aufgemuntert, und ihre Säfte in eine mehrere Bewegung gebracht werden: laufen manchmal von einer außerordentlichen Angst angetrieben, mit

ihrem entkräfteten und halb ausgezehrten Körper, wie Verwirrte und Tolle herum, und reden von nichts als einem ihnen nahe bevorstehenden Tode, und der künftigen Verdammniß: verfallen mit zunehmenden Jahren in eine so große Dummheit, daß ihre Aeltern gezwungen werden, sie anstatt dem Staate und den Wissenschaften, gemeinen Handwerkern zu widmen: kein Scherz bringt sie zum Lachen, als wenn von verhurten Mädchen die Rede ist: ernsthafte und nützliche Gespräche hingegen schläfern sie entweder plötzlich ein, oder erwecken in ihnen nichts als freudenlose Gedanken bis zum Eckel. — Ja fast unzählbar sind die Uebel, welche das Laster der Selbstbefleckung bey den ihnen ergebenen Jünglingen hervorzubringen vermögend ist. Je mehr sich der Jüngling diesem Laster ergiebt, desto mehr gewöhnt er seine Nerven dessen trügerische Lust zu kosten, so lange noch einige Kräfte in ihm sind; eben so wie der Trunkenbold, welcher nach und nach die Fibern seiner Zunge und Gaumens durch einen unmäßigen Gebrauch des Weins an immer hitzigere Getränke gewöhnt, bis er endlich an keinen andern Getränken Geschmack, und nur in der Trunkenheit ein Vergnügen empfindet.

Von jedem Beyschlafe oder Selbstbefleckung entstehet in den meisten muskulosen Theilen des Körpers eine Art von gichterischer Bewegung, welche von einem plötzlichen starken Einfluß der Lebensgeister in dieselben erwecket wird. Durch

diese Bewegung, welche sich bis auf die muskulösen Fibern der Schlagadern erstrecket, wird sodann das Blut und alle übrigen Säfte auch in einen stärkern Umlauf gebracht, und mit mehrerer Gewalt vom Herzen in den Kopf getrieben. Daher kömmt es, daß so viele, welche diesem Laster ergeben sind, mit tödtlichen Schlagflüssen befallen werden, weil die Blutgefäße ihres Gehirns durch den vermehrten Einfluß des Bluts bey jedem Beyschlafe, und der dabey erhitzten Vorstellungskraft, nach und nach dergestalt ausgedehnt werden, daß sie zuletzt zerreissen, und von dem auf das Hirn ausgetretenen Blut nothwendigerweise eine tödtliche Drückung der Nerven erfolgen muß. Bey andern aber entstehet von dieser allzu starken Anhäufung des Bluts in den Gefäßen des Gehirns eine Art von Sinnlosigkeit oder Abnahme des Gedächtnisses.

Ist es nun gewiß, daß durch den Beyschlaf und die Selbstbefleckung eine außerordentliche Menge von muskulosen Fibern auf einmal in eine heftige Bewegung gebracht werden, so muß ja nothwendig dadurch das Gehirn eine Zeitlang an Lebensgeistern stark erschöpft, und hiemit alle Theile des Körpers entkräftet werden. Wer an dieser Wahrheit zweifelt, der betrachte nur einen feurigen Jüngling, nach einer in voller Wohllust zugebrachten Nacht. Wie abgemattet befinden sich nicht am Morgen alle seine Glieder, bis er wieder durch eine genugsame

Ruhe

Ruhe und den Genuß stärkender Nahrungsmittel und Getränke den Verlurst seiner Lebensgeister ersetzet hat: ja, er befindet sich sogar den ganzen folgenden Tag hindurch weit entkräfteter und zu aller Arbeit des Leibes und Geistes weit untüchtiger, als ein Taglöhner, der den ganzen vorigen Tag bey geringer Nahrung die größte Arbeit an der Sonnenhitze verrichtet hat. Beweiset dieses nicht ganz deutlich, daß durch den Misbrauch des Beyschlafs auf einmal weit mehr Lebensgeister verlohren gehen, als durch alle andere sehr starke Beschäftigungen des Leibes und Geistes? — Diese Erschöpfungen sind also die Hauptquelle, aus der alle oben angezeigte Uebel ihren Ursprung nehmen.

Je stärker aber die Erschöpfungen der Lebensgeister sind, desto mehr werden auch die Fibern außer Stand gesetzt, ihre bestimmten Verrichtungen auszuüben, und aus der genossenen Nahrung einen hinlänglichen Vorrath von reinen Säften zuzubereiten, aus denen ja der Verlurst der Lebensgeister nothwendigerweise wieder ersetzet werden muß. Wie soll zum Exempel der Magen die empfangenen Speisen rechtschaffen verdauen, wenn seine Fibern nicht die Kräfte haben, sich genugsam zusammen zu ziehen? — Wie sollen die Gedärme das Unreine mit erforderlicher Kraft und Geschwindigkeit abtreiben, wie sollen sie sich wider die so viele Uebel verursachende Blähungen bey der Gährung der Speisen schützen, wenn ihre Fibern nicht die

Kräfte haben, sich genugsam zusammen zu ziehen? — Verarbeitet nicht ein schlapper und allzu sehr entkräfteter Magen insgemein einen starken Ueberfluß von zähem Schleim, der sodann mit dem Nahrungssaft ins Blut dringt, und endlich, wenn er bis in die kleinen lymphatischen Gefäße getrieben wird, Anlaß zu verschiedenen Gliederkrankheiten, Podagra, uud Verstopfungen in drüsichten Theilen giebt? Wie soll die ebenfalls mit einer starken muskulosen Haut versehene Harnblase sich stark zusammen ziehen, daß der Harn gehörig ausfließen kann, wenn sie allzu schlapp ist, und nicht mehr das erforderliche Maaß von Lebensgeistern bekömmt? — Ein Umstand, über welchen man besonders alte Personen, die durch dieses Laster sehr geschwächt worden sind, klagen hört. Ist der Schließmuskel der Blase allzu schlapp, so daß er sich nicht mehr mit der erforderlichen Kraft zusammen ziehen kann, so geht bey ihnen der Harn fast unempfindlich ab; ist dieser Muskel aber minder geschwächt, als die muskulose Haut der Blase, so geht bey ihnen der Harn fast nur tropfenweise und selten ab.

Das Blut kann wie auch andere Säfte durch eine allzu starke Reizung gewisser Nerven häufig und mit solcher Gewalt in den gereizten Theil gelocket werden, daß sie bisweilen durch die kleinen Gefäße nicht weiter fortdringen, und sodann in den kleinen Schlagadern Entzündungen, in den rückführenden Adern aber übernatür-

türliche Ausdehnungen verursachen, und oft die lymphatischen Gefäße zerreißen. Dieß ist ferner die Ursache, warum so viele Personen in einem gewissen Alter, nachdem der Reiz zu diesem Laster wirklich bey ihnen verschwunden ist, mit tödtlichem Bluthharnen, und der goldenen Ader geplaget werden.

Die Erschöpfung an Lebensgeistern, die das Laster der Hurerey und Selbstbefleckung verursachet, entkräftet bey vielen dergestalt die Muskeln der Arme, Schenkel und Füße, daß sie vom Schlagflusse gelähmt werden, und weder gehen noch selbst die Speisen zum Munde bringen können. Ja sie erwecket eine so außerordentliche Empfindlichkeit in allen Nerven des Körpers, daß bald diese bald jene Glieder von der mindesten Ursache mit Zuckungen befallen werden, oder die heftigsten Gichter, ja sogar der höchste Grad davon die hinfallende Krankheit entstehen; außer diesem allem aber verfällt auch noch zugleich das Gemüth eines so stark geschwächten Menschen in eine Art von Schwachheit, und wird so furchtsam, schreckhaft und angstvoll, daß der mindeste aufsteigende ängstliche Gedanke oder Bekümmerniß, welcher auf andere gar keinen Eindruck machen würde, es in eine halbe Verzweiflung bringt; das geringste Widerwärtige ist einem solchen Menschen unerträglich; das Unglück, welches seinen Freunden und Bekannten widerfährt, rührt sein Gemüth oft weit empfindlicher, als wenn es ihn selbst angienge; die-

ses entsteht aber bey ihm nicht aus einem tugendhaften, sondern aus einem vom Laster verderbten Temperament.

Wie oft entsteht nicht von diesen Ursachen bey dem schönen Geschlechte der weiße Fluß, der allzu starke oder allzu wenige und unordentliche Abgang der monatlichen Reinigung, von welchem so viele beschwerliche Zufälle bisweilen erreget werden. Ihr ohnehin zärtlicher Körper wird, wie ich allbereits schon in der ersten Abhandlung bewiesen habe, durch eine allzuweichliche und sitzsame Lebensart, in welcher die meisten Weibspersonen in den Städten auferzogen werden, so zärtlich und schwächlich gemacht, daß sie blos wegen dieser Schwachheit mit diesen und andern Uebeln mehr befallen werden können. Aber eben bey dieser Zärtlichkeit und starken Reizbarkeit ihrer Fibern werden viele zu jener unerlaubten Wohllust verleitet; es braucht oft nichts, als ein auf eine verliebte Art geschriebener Roman, oder ein verliebtes Gespräch eines feurigen Jünglings, durch welches das Blut der zärtlichen Tochter in eine stärkere Wallung gebracht, ihre Vorstellungskraft entzündet, und dadurch die Wohllust wie von einem wirklichen Beyschlafe hervorgebracht wird, so ist in ihr die Neigung zur Selbstbefleckung erzeuget, und diese Neigung vergrößert sich nachwärts eben so geschwinde, ja bey den meisten Mädchen noch viel geschwinder als bey den Jünglingen. Wer verwundert sich also, wenn bey einer so großen

Ent-

Entkräftung die Natur bey einem solchen Mädchen nicht mehr vermögend ist, das überflüssige Blut und Schärfe zur bestimmten Zeit durch die natürlichen Wege auszutreiben, und alsdann wegen Schlappheit und Schwachheit der Blutgefäße der so sehr beschwerliche weiße Fluß verursachet wird. Verschliest die vorhandene Schärfe die Gefäße dergestalt, daß das Blut zur bestimmten Zeit nicht durchdringen kann, so entstehen heftige Beängstigungen, Herzklopfen, Kopfschmerzen, Ohnmachten, Gichter, Bauchgrimmen, Rücken- und Lendenschmerzen, und viele andere Uebel mehr. Ist aber die monatliche Reinigung allzu stark und anhaltend, so wird dadurch die Natur eines solchen wohllüstigen Mädchens jedesmal desto mehr geschwächt, das Blut allzu dünne, und alle Fibern reizbarer und empfindlicher gemacht, so daß viele in ihrem blühendsten Alter wassersüchtig werden, in Auszehrungen verfallen, oder von den geringsten Ursachen, die ihre Nerven reizen, Gichter bekommen. Ist der weiße Fluß allzu stark, und hält eine lange Zeit an, so ist er gleichfalls vermögend, eine Auszehrung hervor zu bringen, weil mit dem Schleime zugleich viele nahrhafte Theile aus dem Blute weggeführet werden.

Wie abgeartet und verderbt müssen nicht endlich alle Säfte bey einer solchen großen Schlappheit der Fibern werden. Eine Menge von Unreinigkeiten, Schleim und Schärfe, welche bey der Dauung des schwachen Magens sind erzeu-

get worden, ein Ueberfluß von entzündlicher Galle, die sich in die Gedärme ergießet, dringet sodann mit dem Nahrungssafte in das Blut, löset allgemach seine natürliche Verbindung auf, daß es endlich in eine fast ganz unnütze Feuchtigkeit, aus welcher keine gute Lebensgeister mehr erzeuget werden können, verwandelt und untüchtig gemacht wird, den Körper zu ernähren. Hier fangen alsdann die wohllüstigen Jünglinge und Mädchen an, augenscheinlich und sehr schnell ihre äußerliche Schönheit und Fette am ganzen Körper zu verlieren, und versinken nach und nach in eine außerordentliche Schwachheit und in ein auszehrendes Fieber, an welchem sie endlich ihren Geist aufgeben müssen. Ist noch kein Fieber vorhanden, so sucht ein solcher Unglücklicher seinen Körper mit Nahrung und Trank zu stärken, wodurch er freylich etliche Stunden in ein gewisses Wohlseyn gebracht wird, daß er wieder seine Begierden ersättigen kann; aber durch diese Stärkung verbessert er nicht im mindesten den verderbten Znstand seiner Säfte, weil seine genossene Nahrung wie die vorige von der wirklich vorhandenen Schärfe im Körper verdirbt, und also dadurch der Stoff seines Uebels nur desto geschwinder vermehret wird: er verzehrt sich endlich wie eine Kerze, welche an beyden Enden ist angezündet worden. Bey andern verursacht das allzu aufgelöste Blut, wenn es sich gar zu häufig in die Schwamhaut oder in die Höhlen des Körpers ergießt, unheilbare Wassersuchten, weil wegen der großen Schwachheit

der

der Fibern keine bessern Säfte erzeuget, und die unnützen durch ihre natürlichen Ausgänge nicht mehr ausgetrieben werden können. Diese zwey Hauptübel sind unter Personen, die sich schon im frühesten Alter durch den übertriebenen Beyschlaf und die Selbstbefleckung stark entkräften, sehr gemein.

Ein mit verschiedenen Schärfen und zähem Schleim angefülltes Blut muß endlich noch verschiedene andere Krankheiten mehr hervorbringen, mit welchen dieses Laster gestraft werden soll. Häuft sich die Schärfe in den kleinen serosen oder lymphatischen Gefäßen an, und kann nicht weiter fortgetrieben werden, so erzeugt sie rhevmatische Beschwerden und das Podagra. Wie traurig und elend ist alsdann nicht das Leben eines solchen Menschen, der fast das ganze Jahr hindurch mit den heftigsten Gliederschmerzen, unerträglichsten Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Augenentzündungen, Halswehe, krampfartigen Husten und Engbrüstigkeiten wechselsweise gefoltert wird, und alles dieses entstehet von der in seinem Blute vorhandenen Schärfe, welche die Nerven reizet. Bey andern verursachet diese Schärfe an der Haut verschiedene garstige Geschwüre und Ausschläge. Dringt sie bis in die Knochen hinein, so greift sie selbige an, und zerfrißt sie endlich wie die weichsten Theile. Setzt sie sich in die Drüsen der Lunge, so entstehen Entzündungen, die sich insgemein in kleine Geschwüre verwandeln, und eine tödtliche Lungen-

sucht

sucht verursachen. Und was noch das allertraurigste und zugleich schrecklichste ist, so wird von solchen geschwächten Aeltern die Neigung und der Stoff zu allen diesen Krankheiten durch die Zeugung ihren Kindern einverleibet, daß sie ihr ganzes Leben hindurch die Sünden solcher Aeltern tragen, ja oft täglich für selbige leiden müssen. Mit was für traurigen und angstvollen Gedanken müssen nicht alsdann die Herzen solcher Aeltern gefoltert werden, so oft sie einen Blick auf ihre unglücklich gemachten Kinder werfen, welche ohne Schuld das größte Elend leiden, und oft durch nichts als einen frühzeitigen Tod erlöset werden können.

Viele Bogen müßte ich übrigens noch dieser Materie widmen, wenn ich alle die kleinsten Uebel, welche aus dem Laster der Hurerey und Selbstbefleckung entstehen, deutlich erklären wollte. Was ich aber allbereits davon gemeldet habe, soll, hoffe ich, hinlänglich seyn, einen jeden von der Gewißheit zu überzeugen, daß beyde Laster allemal früh oder spät ihre schädlichen Wirkungen an dem Körper äußern, und endlich einen Menschen gänzlich zu Grunde richten werden, wenn er nicht davon absteht. Ich will also nur noch mit wenigem die Hülfsmittel anzeigen, wodurch man in den Stand gesetzt werden kann, diesen Lastern, besonders aber der Selbstbefleckung, zu entsagen. Zum voraus ermahne ich einen jeden, der diesem Laster ergeben ist, ernstlich, einen unveränderlichen Entschluß zu fassen,

sen, selbigem hinfort gänzlich zu entsagen, denn ohne diese Verläugnung ist es eine bloße Unmöglichkeit.

Es hält sehr schwer, auch in den kleinsten Dingen angenommene Gewohnheiten, welche die Sinnen belustigen, zu verlassen: am allerschwersten aber ist es, dem Laster der Hurerey und Selbstbefleckung zu entsagen. Die Mittel und Wege, durch welche man zu einer vollkommenen Verläugnung hierinn gelangen kann, sind meines Erachtens folgende.

Erstlich muß man sich von der Gefahr und von dem schrecklichen Elend, welches auf dieses Laster folgt, vollkommen überzeugen, und hiezu gelangt man leichtlich, wenn man diese kleine Abhandlung, oder andere noch weitläuftigere Schriften hierüber mit Aufmerksamkeit durchlesen wird. Sollte ich nicht hoffen können, daß die Kenntniß und eine lebhafte Vorstellung eines unvermeidlichen Untergangs, der auf einen solchen Menschen wartet, und ihm bis dahin unbekannt gewesen, nicht um vieles seine Neigung zu diesem Laster schwächen werde. Die meisten jungen Leute sündigen mit dieser Wohllust, und jagen derselben nach, weil sie ihre bösen Folgen nicht kennen, und glauben nichts Böses zu thun, wenn sie eine Wohllust genießen, die andern Menschen keinen Schaden zufüget.

Zweytens: muß der diesem Laster ergebene Mensch, die in seinem Gehirn stark eingeprägten lüsternen Bilder, welche ihn allemal, so oft sie seiner Seele vorgestellet werden, zur Sünde verleiten, durch die Vorstellungen tugendhafter Bilder und nützlicher Beschäftigungen zu schwächen, und nach und gänzlich auszutilgen trachten. Zu dem Ende muß er alle nur möglichen Gelegenheiten *), durch welche seine Sinnen zu diesem Laster könnten entzündet werden, sorgfälfältig vermeiden, und sich so viel als möglich vor allen nahrhaften und hitzigen Speisen und Geträncken, welche sein Blut erhitzen und seine Nerven reizen können, bestmöglichst hüten. In gleicher Absicht muß er auch des Nachts, ehe er zu Bette geht, eine Zeitlang ernsthafte Schriften durchlesen, um dadurch den Schlaf so geschwind als es seyn kann, zu befördern; und am Morgen, so bald er erwacht, sogleich aufstehen, und sich beschäftigen, damit seine Seele immerdar verhindert wird, wohllüstigen Gedanken nachzuhängen. Denn je länger man einen Menschen verhindern kann, an etwas zu denken, das seine Sinnen entweder außerordentlich ergötzen oder betrüben kann, desto geschwinder mäßi-

*) Die gefährlichsten sind, wie es die Erfahrung lehret, der Umgang mit andern unkeuschen Personen, oder vielmehr ihre verführerischen Gespräche und verliebten Gebärden, unzüchtige Bücher, verliebte Schauspiele und Tänze, und der Müßiggang.

mäßiget man in beyden Stücken seine Affekten, und endlich löscht die Vorstellung davon in seinem Gehirn gänzlich aus. Und eben so geht es auch mit dem Laster der Selbstbefleckung, wir sind Meister, selbiges in uns auszurotten, wenn wir uns nur Mühe geben, und die natürlichen Mittel dagegen anwenden wollen.

Vierte Abtheilung.

Von dem Müßiggang.

Ein jeder Müßiggänger sündiget physisch und moralisch. Er schwächt durch eine allzu lange Ruhe und Trägheit seiner Glieder, die natürlichen Kräfte seines Körpers, und weil er größtentheils nur an sinnlichen Ergötzlichkeiten hänget, so unterdrückt er auch zugleich die Kräften seiner Seele. Er scheuet sich vor aller ernsthaften Arbeit des Leibes und Geistes, und versinkt deswegen in einen tödtlichen Schlummer, aus welchem er nicht mehr erwachen kann. Heißt dieses seinen Leib nützlich beschäftigen, wenn man täglich einige Stunden auf der Jagd, nach derselben gleich viel Zeit beym Mittag- und Nachtessen, die Zwischenzeit mit Spielen, und die Nacht in der Wohllust zubringt? Handeln wir nach unserer ächten Bestimmung, wenn wir einen großen Theil des Tages mit Spazierengehen, Fahren oder Reiten zubringen, und dabey die Welt nur so betrachten, daß uns die ganze Betrachtung anstatt Freude, eine abmattende

Langeweile verursachet, bey der ungeachtet alles Gehens und Laufens die Säfte träge werden, sich verdicken, und den Kreislauf derselben in Unordnung bringen? Dergleichen Leute giebt es sehr viele, sie bewegen sich nur, um ihre Seele zu verhindern an etwas Ernsthaftes zu denken, weil sie daran kein Vergnügen finden, hingegen in der Meynung stehen, auf ihren Spazierwegen etwas anzutreffen, das wenigstens ihr Aug angenehm reizen kann.

Es ist aber der Müßiggang ein Laster, welches auch bey der allerniedrigsten Art von Menschen, den Bettlern sehr gemein ist, welche lieber in einem müßigen Leben von der Gnade anderer Leute sich kümmerlich erhalten, als bey einer täglichen Arbeit sich glücklich fortbringen wollen: und auch diesen ist eine gewisse Bestrafung bestimmt, sie verdienen aber ungeacht ihres Fehlers mehr Mitleiden von uns als jene, weil sie von ihrer Kindheit an durch die täglichen Beyspiele ihrer Aeltern zu selbigem verleitet, und dabey verhindert werden, auf ein nützliches Geschäfte zu denken.

Die Uebel, mit welchen die Müßiggänger insgemein von der göttlichen Vorsehung in diesem Leben gestraft werden, sind die hypochondrischen Krankheiten in ihren verschiedenen Auftritten, zu welchen wir die Schwermuth und Unzufriedenheit rechnen; ferner die gänzlichen Verstopfungen der Leber und Gekrösdrüsen, verschie-

dene

dene Gattungen von Wassersuchten und Schlagflüssen. Aber ehe diese tödtlichen Krankheiten dem unnützen Leben des Müßiggängers ein Ende machen, foltern ihn lange zuvor noch andere Uebel, welche die erste Unordnung, die vom Müssiggange verursachet wird, in seinem Körper erzeuget. Man besuche nur die großen Paläste der Reichen dieser Welt, was für Elend und wie viele Leibesgebrechlichkeiten werden wir nicht mitten unter ihrem Reichthum und Wohllust antreffen. Bald werden wir Frauenzimmer erblicken, welche über die Unordnung ihrer monatlichen Reinigung und daher kommende verdrüßliche Zufälle, über einen auszehrenden weißen Fluß, über die Gelbsucht, Magenkrampf, Blähungen, und viele andere Uebel mehr klagen: bald werden wir Mannspersonen antreffen die bey einem wohlgebildeten Körper in ihrem besten Alter mit öftern Gliederschmerzen, mit den Beschwerden eines unordentlichen Goldaderflusses u. s. w. heftig gefoltert werden. Alles dieses sind Folgen des Müßiggangs und Vorbothen noch größerer Uebel die daraus entstehen.

Durch eine allzu lange Ruhe des Körpers werden nicht nur die Säfte in Unordnung gebracht, sondern zugleich verdorben, und alle festen Theile geschwächt. Dieses ist eine sehr bekannte Wahrheit, und wir dörfen nur einen Bauern oder Handwerksmann neben einem in der gewohnten Zärtlichkeit auferzogenen Hofmann, oder ein Bauernweib neben einer Hof-

dame betrachten, so werden wir uns bald davon überzeugen. Je öfter eine Fiber sich zusammenzieht und bewegt, desto geschwinder wird diejenige Feuchtigkeit, welche seine festen Theile unter einander verbindet, ausgestoßen und dadurch die festen näher aneinander gebracht, daß sie dadurch desto stärker wird. Daher kömmt es, daß der Bauer doppelt so viel Kraft in allen seinen Gliedern besitzt, als der wohllüstige Hofmann, ungeachtet dieser täglich eine weit stärkere Nahrung und Trank als jener genießt: seine Dauungskräfte sind gleichfalls weit vollkommener, und hiermit der Nahrungssaft, der dabey erzeuget wird, weit reiner, und alle unnützen Säfte sondern sich in seinem Körper viel leichter und geschwinder ab, als bey diesem, er ist deswegen auch viel weniger Krankheiten unterworfen; Kopfschmerzen, die auf die Ueberladungen erfolgen, Magenkrämpfe, beängstigende Blähungen im Unterleibe, die Uebel von der Goldader, Verstopfungen des Stuhlgangs, das Podagra, sind ihm ganz unbekannte Uebel, mit denen nur wohllüstige Müßiggänger geplaget werden, weil bey ihren schwachen Fibern ein Ueberfluß von verschiedener Schärfe erzeuget wird, welcher die Nerven reizet, und in den kleinen Gefäßen und Drüsen Verstopfungen hervorbringt.

Hier legt demnach der Müßiggänger den ersten Grund zu seinem künftigen Verderben, denn weil seine Glieder auf einem weichen Lager unbe-

beschäftigt und allzu lange ruhen, und bey seinen langen und niedlichen Mahlzeiten keine andere als seine Dauungstheile arbeiten, und zwar allzu stark, so daß für eine Zeitlang ein Ueberfluß von Nahrungssaft und Blut bey ihm erzeugt wird, von welchem er auch in der Zukunft verschiedene große und gefährliche Uebel zu erwarten hat, so füllen sich allgemach die rückführenden Adern im ganzen Körper und am meisten im Bauche so stark an, daß sie zuletzt übernatürlich ausgedehnt werden, und das Blut in vielen beynahe stille steht. Es ist für die Müßiggänger noch ein Glück zu nennen, wenn sich das Blut bisweilen durch die äußersten Aeste der Goldader in die Gedärme und Harnblase ergießt, oder bey den Weibspersonen durch einen starken Abgang der monatlichen Reinigung vermindert wird. Geschieht aber dieses nicht, so vermehret sich die Galle in der Leber von dem vielen Blute sehr stark, und wird endlich so dicke, daß sie darinn zuletzt unauflösliche Verstopfungen erzeuget, von denen viele hypochondrische Uebel ihren Ursprung nehmen. Oft überfallen einen trägen Müßiggänger in seinem besten Alter unheilbare Wassersuchten, tödtliche Schlagflüsse, oder angsthafte und traurige Gedanken, die ihn Tag und Nacht foltern, und seinen Schlaf, den er vorhin allzu lange wohllüstig genossen hat, vertreiben, so daß er endlich in eine gänzliche Auszehrung verfällt; und dieses kömmt von keiner andern Ursache her, als weil das Blut

vom Herzen wegen dem Widerstande, so es im Unterleibe antrifft, mit allzu starker Gewalt in die Gefäße des Gehirns getrieben wird, einige dadurch zerreißet, und andere schmerzhaft ausdehnet.

Der Müßiggänger beschäftiget ferner insgemein seinen Geist nur mit wohllüstigen Vorstellungen, durch die er hoffet, wenn er sie in Erfüllung bringen kann, auch zugleich dem Körper ein sehr reizendes Vergnügen zu verschaffen: er ist deswegen der wohllüstigen Liebe, der Weichlichkeit, Delikatesse, der Trunkenheit und allen übrigen sinnlichen Wohllüsten mehr als andere Menschen ergeben. Geschieht es aber, daß er seine Wünsche nicht erfüllen kann, so überfällt ihn bald eine unerträgliche Langeweile, sein Gemüth wird ganz traurig und niedergeschlagen. Alle Leidenschaften unsers Gemüths wirken mit vieler Kraft auf den Körper, und richten darinn insgemein eine große Unordnung an. Es muß also nothwendig der Verdruß und die Traurigkeit bey einem solchen Müßiggänger von stärkerer Wirkung als bey andern Personen seyn, die stärkere Fibern haben; seine Lebensgeister müssen sich langsamer in alle Theile ergießen, und dadurch der ganze Kreislauf der Säfte desto schwächer werden. Das Blut häufet sich alsdann in diesen Umständen mit Macht in allen Theilen des untern Leibes an, vermehrt die Galle, und in den Drüsen verdicket sich endlich der lymphatische Saft, daß darauf unauflösliche

Geschwulsten, und endlich der Krebs selbst erfolget.

Wie wenig trägt also der Genuß der sinnlichen Wohllüste dieser Welt, zu denen wir mit allem Recht auch den sorgenlosen Müßiggang zählen, zum wahren Glück des Menschen bey. Im Gegentheil ist der allzu starke Gebrauch davon ein wahres Unglück, sowohl für den Leib als die Seele. Der natürliche Hang des Menschen zu aller Art von Wohllust, die unnatürliche und schlechte Auferziehung, welche den meisten gegeben wird, sind neben den schädlichen und verführerischen Beyspielen, die man allenthalben häufig antrifft, die Anlockungen zum Müßiggange, und die reichste Quelle der größten Uebel für ihn.

Wie glücklich würden wir nicht durch den größten Theil unsers Lebens wandeln, wenn wir gleich in unserer ersten Jugend, sobald die Seele einige Kräfte zu denken erlangt hat, und wo alles Aeußerliche einen starken Eindruck auf unsere Sinnen macht, das Ernsthafte und Nützliche sowohl als das Sinnliche und allzu Wollüstige, durch verständigen Unterricht an unsere wahre Bestimmung in diesem Leben, das doch billig der Anfang des Zukünftigen seyn soll, erinnert und auf eine einnehmendere Weise, als es überhaupt geschieht, zur Erfüllung derselben angestrenget würden; ja ein solcher Unterricht würde sicher beyden Geschlechtern der Menschen zu einem außerordentlichen großen Vortheile gerei-

chen. Unsere erste Bestimmung in dieser Welt ist, daß wir für die Erhaltung unserer Gesundheit sorgen, und bey derselben unser Leben, so viel es an uns liegt, verlängern, denn dadurch machen wir uns desto tüchtiger, unserer zweyten Bestimmung, die sich über den Tod hinaus erstrecket, zu entsprechen, welche nichts als die Kenntnisse der reinsten Tugenden, der Vergrösserung derselben, und eine nützliche Anwendung des Geistes in so verschiedenen Dingen zum Inhalt hat. Ja, wir können bey einer rechtschaffenen Anweisung beyden Stücken auf einmal entsprechen, wenn sie früh genug geschiehet, ehe die Seele durch eben angezeigte Anlockungen von ihrer rechten Denkungsart abgezogen wird.

Der größere Haufen der Menschen kennt nur obenhin seine wahre Bestimmung für dieses Leben: er weiß, daß er arbeiten, und sich nützlich beschäftigen soll, wenn er dasselbe erhalten will: aber — er weiß nicht, daß wenn er schon nicht mehr um dieses Grundes willen zu arbeiten verpflichtet wäre, die Arbeit dennoch das kräftigste Mittel ist, seine künftigen Tage in vollkommener Gesundheit, und den Geist in einer angenehmen Munterkeit zu erhalten; deswegen ergiebt er sich, sobald er einen gewissen Reichthum in der Welt erlanget hat, dem Müssiggange, und verdirbt darinn. Er weiß ferner, daß die Arbeit des Leibes oder Geistes der richtige Weg ist, durch welchen er sich alle nur mögliche Bequemlichkeiten und Wohllüste, die er

schon

schon in seiner ersten Jugend, ehe noch sein Herz gebildet war, zu kosten angefangen hat, verschaffen kann, aber — er weiß nicht, oder merkt es allzu spät, daß der allzu starke Gebrauch davon seinen Körper vor der Zeit zu Grunde richtet, und die Seele verfinstert. Er weiß aus den Schulunterrichten seiner Jugend, daß er eine unsterbliche Seele hat, die denkt, und zu solchen Kenntnissen zu gelangen fähig ist, welche einstens bey einem hellern Licht sein vollkommenes Glück ausmachen werden: aber — weil man ihn hievon selten auf eine angenehme Weise überzeuget, und ihm oft den Weg der zu diesem Glücke führen soll, höchst beschwerlich und verdrüßlich macht, so neiget sich sein Herz allgemach nach allen sinnlichen Wohllüsten, die ihm angeboten werden, und die Seele bleibt in ihrem vorigen Schlummer und Unwirksamkeit, bey der endlich auch der Leib in eine vollkommene Trägheit und Müßiggang verfällt.

Unzählige Menschen befinden sich in diesen traurigen Umständen: und die Hauptursache davon kann unstreitig von nichts anders als einer mangelhaften und schlechten Auferziehung in der ersten Jugend hergeleitet werden, bey welcher man ihnen weder zuverlässig, noch reizend, noch frühe genug ihre wahre Bestimmung kund thut, daß sie dabey mit dem erforderlichen Muthe könnten angestrenget werden, selbige zu befolgen. Für die Jünglinge ist sie nun etwas minder fehlerhaft und verwerflich, als für die Mädchen, und

in Anbetracht des blos Physischen auf dem Lande und unter dem gemeinen Volke besser, als in den Städten. Oder kann man dieses eine rechtschaffene Auferziehung nennen, wenn man eine Tochter von ihrem vierten oder fünften Jahre an, bis in das zwölfte oder vierzehnte den größten Theil des Tages hindurch mit Stricken, Nähen, oder andern ähnlichen Handarbeiten, bey welchen der ganze übrige Körper ohne Bewegung bleibt, beschäftiget? — Handelt man in diesem Stück, wie ich allbereits schon in der ersten Abhandlung bewiesen habe, nicht ganz offenbar wider denjenigen Instinkt, den die Natur in das jugendliche Alter eingepflanzet hat, vermöge welchem alle Glieder des Körpers zu einer beständigen Bewegung angestrenget werden sollen, damit die Fibern zu derjenigen Kraft gelangen, welche zu einem dauerhaften und gesunden Leben unumgänglich erfodert wird? — Heißt dieß eine rechtschaffene Erziehung einer Tochter geben, wenn man sie zur Bildung ihres Geistes, Komödien, oder die Sitten und das Herz vergiftende Liebesgeschichten lesen läßt, anstatt ihre Seele mit der Tugend und nützlichern Beschäftigungen bekannt zu machen? Heißt dieß eine Tochter rechtschaffen erziehen, wenn sie den ganzen Tag sich mit nichts anders, als mit einem unnützen Nachdenken, wie sie mit einem äußerlichen Putz der Welt gefallen wolle, beschäftiget, und die Mutter aus blinder Liebe und einer allzu zärtlichen Neigung gegen sie, ihr hierzu noch alle Gelegenheit und Aufmunterung durch

ihr

ihr eigenes Beyspiel verschafft? Halten gemeine Bürger es für etwas sehr vortheilhaftes, wenn sie ein Weib besitzen, die ihr kleines Hauswesen mit Ordnung und Nutzen zu führen weiß, eingeschränkt in allen Stücken lebt, die Kinder reinlich hält, sie zum Bethen, Lesen und den gewohnten Arbeiten ohne Unterlaß anstrengt, und für ihren Putz, ohne dem Mann Unkosten zu verursachen, selbst sorgt. Wie viele weit beträchtlichere Vortheile würde hingegen ein Mädchen vom Stande ihrem Manne und Kindern zu erweisen fähig seyn, wenn sie in ihrer Jugend zu den gleichen Kenntnissen und Künsten, als die sind, durch deren Erlernung der Mann in den Stand gesezet worden ist, seinem ganzen Hause alles zur Erhaltung und Bequemlichkeit des Lebens Nöthige zu verschaffen, wäre angehalten worden. Ein Bauernweib ist vermögend, die gleich beschwerlichen Landarbeiten wie ihr Mann zu verrichten, und dabey noch ihrem Hauswesen vorzustehen, und ihre Kinder zu besorgen. Was hinderte wohl die Frauen in den Städten diesem Beyspiele nachzuahmen, wenn sie nicht in ihrer frühesten Jugend schon zu unnützen Arbeiten und dem Müßiggang selbst von ihren Müttern wären angestrenget worden!

Aber auch die starke Neigung, die sehr viele Mannspersonen von allen Ständen in einem gewissen Alter zum Müßiggang haben, kömmt gleichfalls von ihrer schlechten Auferziehung her. Man gewöhnt ihren Geist allzu früh, ehe ihr

Herz noch zur Tugend gebildet ist, an sinnliche Vergnügungen, welche ihnen alles Ernsthafte eckelhaft machen, und zwingt sie oft auf eine sklavische Weise Künste und Wissenschaften zu erlernen, die ihrem natürlichen Instinkt gänzlich zuwider sind: aus Zwang und bey einem steten Unwillen erlernen sie endlich selbige, um dem Vater zu gefallen, der glaubt, daß dadurch seines Sohnes Glück vollkommen befestiget werden müsse. Kaum aber gelangt der Sohn in das Alter, wo er nach eigenem Gutdünken zu handeln sich berechtiget glaubt, so entfernet er sich täglich mehr von der ihm zum Eckel gewordenen Arbeit, scheuet sich vor aller andern, und versinkt von einem Tage zum andern tiefer in die Wohllüste des Müßiggangs.

Und wie übel sind endlich nicht diejenigen Kinder daran, welche in der gewissen Hoffnung stehen, dereinst aus der Hinterlassenschaft ihrer Aeltern, ohne Arbeit und Mühe anzuwenden, bequemlich leben, und die gewünschten Ergötzlichkeiten sich verschaffen zu können. Oft hält der Vater eines solchen Kindes es für überflüssig, ihme in ernsthaften Unterrichten seine künftigen Pflichten vorstellen zu lassen, und es in den bequemsten Stunden damit zu beschäfftigen; und die Mutter, die aus einer angebohrnen allzu großen Zärtlichkeit seinem Willen selten zu widersprechen, und seinen kindischen Ergötzlichkeiten Schranken zu setzen weiß, bietet alle ihre Kräfte auf, ihm bis in sein männliches Alter

alles,

alles, was seine Sinnen angenehm reizen kann, zu verschaffen. Warum wollen wir unser Kind mit unnützen Wissenschaften oder mit Erlernung gewisser Künste plagen, heißt es alsdann; unser Sohn gelangt ja einstens zu dem Besitze von unserm ganzen Vermögen, bey welchem er unbekümmert in allem Wohlseyn und Glück leben kann, ohne daß er nöthig hat, seine Tage mit Denken und Arbeiten zu verkürzen; außer dem ist er ja von einer solchen Familie, die Gewalt und Ansehen genug hat, ihm in seinem höhern Alter in unserm Staate eine solche Stelle zu übergeben, welche sein durchgebrachtes Gut wieder ersetzen, und ihn nach seinen Wünschen in einem wohllüstigen und steten Müßiggange erhalten kann. Insoferne er nur gesund ist, und artige Manieren hat, so kann ihm sein Glück gar nicht fehlen. Und damit er diesen Zweck desto leichter erreichen, und bisweilen gewisse Sachen selbst verrichten könne, lehret man ihn Lesen und Schreiben, Tanzen und Singen, und um ihn desto angenehmer den Tag hindurch zu beschäftigen, läßt man ihn auch die Reitschule und den Fechtboden besuchen, weil reiche Personen glauben, daß dieses unentbehrliche Wissenschaften für einen Jüngling seyn, durch die er beweisen kann, daß sein Vater kein armer noch geringer Mann sey. Man hält ihm auch zum Schein einen Hausinformator, oder schickt ihn in ein berühmtes Seminarium, und auf die letzte auf Reisen. Mit dergleichen elenden Beschäftigungen bringt endlich dieser hoff-

nungs-

nungsvolle Jüngling so lange sein Leben zu, so lange durch ihren Reiz seine Sinnen angenehm gerühret werden können; aber mit dem Alter nimmt seine Trägheit je länger je mehr überhand, so daß er endlich zu aller Arbeit völlig untüchtig wird, und endlich nach einem Müssiggang vollen Leben seinen Geist aufgiebt. Verheyrathet er sich und erzeugt er Kinder, so erzieht er sie auf die nämliche Art, wie er erzogen worden, diese folgen sodann sehr frühe seinem schlimmen Beyspiele nach, und fallen zuletzt, wenn sie ihr ganzes Vermögen verschwendet haben, der Regierung zur Last, oder fordern solche Aemter, die ihnen ein reichliches Einkommen lebenslänglich verschaffen, und welche sie durch andere Personen können verrichten lassen.

Fünfte Abtheilung.

Von der Verschwendung.

Dieses Laster ist insgemein eine Frucht des Müßiggangs, dem ein arbeitsamer Mensch selten unterworfen ist; und wenn er schon bisweilen sein Vermögen beträchtlich vermindert, so ist es bey ihm vielmehr eine Tugend, als Laster, weil er es zum Nutzen seines Nächsten, zur Verpflegung verlassener Wittwen und Weysen, und zur Erhaltung der Armen und Kranken anwendet.

So handelt aber der Verschwender nicht, er verzehrt nur für sich und einige Freunde, die

eben so schlecht wie er denken, sein Vermögen, und zwar nur in Erkaufung gewünschter sinnlicher Wohllüste, welche letztere zu beschreiben, ich vor unnöthig erachte, weil sie ohnehin jedermann bekannt sind, und es in der Hauptsache einerley ist, ob ein Mensch sein Vermögen mit einem übertriebenen Pracht und einer kostspieligen Erhaltung seiner Maitressen, oder mit Spielen, oder aber durch eine thörichte Freygebigkeit, mit der er sich sucht ein gewisses Ansehen und Freunde zu machen, so stark vermindere, daß er dadurch sich selbst in Armuth stürzt, und also seine Pflicht gegen seine eigene Kinder, gegen seinen Nächsten und gegen unverdiente Arme nicht ausüben kann. Ein jeder von diesen handelt gleich ungerecht, sowohl wider die physischen als moralischen Gesetze, nach welchen er doch alle seine Handlungen in diesem Leben einrichten soll. Die natürliche Folge hievon ist also eine Bestrafung, bey der sowohl sein Geist als Körper leiden muß.

Kann oft bey vernünftigen Personen ein geringer Verlurst ihres Vermögens, den sie jedoch in der Zukunft durch ihren Fleiß und Arbeit leicht wieder ersetzen könnten, einen so heftigen Eindruck auf ihr Gemüth machen, daß sie dadurch vor Angst, Traurigkeit und Sorgen in tödtliche Krankheiten verfallen, um wie viel stärker muß nicht das Gemüth des Verschwenders bey dem Anblick seiner eindringenden Noth und seines Elends erschüttert werden. So lang das

Vermögen des Verschwenders groß genug ist, seine sinnlichen und wohllüstigen Begierden zu sättigen, hält er sich für glücklich, und glaubt, daß kein anderer Zustand im menschlichen Leben ihm ein angenehmeres Glück verschaffen könne; sein Herz hängt sich also so fest daran, daß es die geringste Verminderung seines vermeynten Glücks nicht ohne Nachtheil und Gefahr lange ertragen kann. Mit was für bangen Sorgen muß also nicht der Verschwender endlich gefoltert werden, und wie traurig und niedergeschlagen muß nicht sein ganzes Gemüth seyn, wenn er aus Noth, aus Mangel des Vermögens seine ehemaligen Ergötzlichkeiten nicht mehr genießen kann, wenn er seine Maitresse verlassen, wenn er mit seinem delikaten Gaumen an eine gemeine Nahrung und Getränke, an denen er keinen Geschmack findet, sich gewöhnen, und auf einmal alle dem absagen muß, was ihn so oft und am wohllüstigsten vergnüget hat. In seine ehemalige Gesellschaften darf er nicht mehr, weil er mit dem gewohnten Putze nicht mehr erscheinen, und kein Geld zum Spielen mit sich führen kann; er wird also genöthiget, schlechtere Gesellschaften sich zu erwählen, weil sein elender Zustand ihn von allen Guten absondert: in diesen wird sein Geist nach und nach zu der allerschlechtesten Denkungsart angeführt, und aller Keim des Guten gänzlich darinn ausgetilget, man lehret ihn mit Bier oder Brandwein seine Sinnen fühllos machen, damit ihn keine Sorgen plagen noch ängstigen können;

man zeiget ihm oft ungerechte Mittel an, sich damit Geld zu verschaffen, damit er eine Zeitlang in seiner Schwelgerey fort leben kann, er gebraucht sie, und geht damit auf eine schändliche Weise zu Grunde.

Uebrigens sind die Bestrafungen für dieses Laster bey dem weiblichen Geschlechte viel mannigfaltiger als bey dem männlichen, weil alle ihre Fibern von Natur viel empfindlicher und schwächer sind; aber sie wirken hingegen bey den Mannspersonen oft mit einer solchen Heftigkeit auf das Gemüth, daß sie viele zur Verzweiflung bringen, wo sie sich oft auf eine gewaltthätige Art ihres Lebens berauben; andere bewegen sie, ihr Vaterland zu verlassen, und sich in die entferntsten Welttheile zu flüchten, wo sie sodann auf eine elende Art verderben; und noch andere zwingen sie einen niederträchtigen Beruf zu wählen, wenn sie nicht vor Hunger und Noth völlig verderben wollen. Es giebt wenige Städte, die uns nicht hievon leider überflüssige Beyspiele vorlegen könnten. Betrachtet man den ganzen Lebenslauf eines Verschwenders recht genau, so erblickt man mit Schauer und Schrecken nach einem kurzen und unvollkommenen Vergnügen, das die Sinnen des Verschwenders wie vom Weine berauscht hält, nichts als eine Reihe von Sorgen, Noth, Krankheiten und Verachtung unter allen gesitteten und rechtschaffenen Personen; und in diesem elenden Zustande sieht man ihn auch noch mit den aller-

größten Gefahren eines sehr schändlichen Unterterganges umringet, von denen er sich selten los reißen kann.

Die Bestrafungen, welche die göttliche Vorsehung auf dieses Laster gesetzt hat, scheinen vielleicht vielen Personen allzu hart und strenge zu seyn; allein wenn sie dessen gefährliche Natur von allen Seiten genau überlegen, so werden sie bald einsehen, daß keine Bestrafung, so stark sie auch immer scheint, zu strenge sey. Ja, sie werden sich alsdann vielmehr verwundern, daß dieses mit so vielen andern groben und gefährlichen auf eine unzertrennliche Art verbundene Laster, nicht weit härter noch bestrafet wird; ein Laster, das nicht nur den damit behafteten zu Grunde richtet, sondern zugleich oft viele unschuldige höchst unglücklich macht: ein Laster, welches den Menschen manchmal zu den allerungerechtesten und grausamsten Thaten verleitet: ein Laster, bey welchem in der Seele eines Menschen aller Keim des Guten und der Tugend gänzlich erstirbt. Wer ein vollkommenes Zeugniß hievon haben will, der durchlese nur die Geschichte des verabscheuungswürdigen Caligula.

Sechste Abtheilung.

Vom Geiz, Ehrgeiz und der Habsucht.

So wenig der Verschwender bey der unsinnigen Lebensart, zu der ihn das Laster der Verschwendung führet, ein dauerhaftes und wahres

res Glück genießen kann; so unmöglich ist es auch, daß es der Geizige im Besitze seines grossen Reichthums finde, eines Reichthums, den er ja weder für sich selbst, noch um andere damit glücklich zu machen, gebrauchen darf; indem ja nur der vernünftige Gebrauch der Güter dieser Welt, und nicht der Besitz vom Ueberflusse derselben, dem Menschen zum Theil ein wahres Glück in diesem Leben verschaffen kann.

Der Geiz kann in der That mit allem Recht die Wurzel alles Uebels genennet werden, und ist eines von den verabscheuungswürdigsten Lastern der Seele. Es unterdrückt nach und nach in dem Herzen des Menschen alle Liebe gegen seinen Nächsten, man kann ihn im größten Mangel und Elend ungerührt zu Grunde gehen sehen, und ihm auch in der größten Noth allen Beystand und Hülfe versagen: ja, wenn der Geizige nur die mindeste Hoffnung, seine Schätze vermehren zu können, vor sich hat, so macht er sich auch nicht das geringste Bedenken, seinen Nächsten zu betrügen. Ja, keine Handlung ist für ihn zu niederträchtig, die er nicht um des Gewinnsts willen mit Lust begeht; und befindet er sich in Umständen, wo er mit seiner Arbeit und Sorge sein Gut nicht vermehren kann, so schränkt er alle Bedürfnisse seines Lebens dergestalt genau ein, daß er oft in der Hoffnung seine Wünsche dadurch erfüllen zu können, beynahe vor Hunger seinen Geist aufgiebt, und lieber alle andere Vergnügungen, die er mit geringerm

Gelde erkaufen könnte, fahren läßt, als seine Begierde nach Reichthum zu mäßigen.

Was für einen Beystand und Nutzen kann demnach die menschliche Gesellschaft von einem Geizigen erwarten? — Man setze ihn in was für eine Stelle es nur seyn kann, so wird man bald beobachten, daß er allenthalben gleich unnütze ist, und stets lasterhaft denkt und handelt. Fast alle Laster scheinen mit den abnehmenden Kräften des Menschen zu verschwinden, so daß er am Ende seiner Tage der Welt tugendhaft und ganz verehrungswürdig vorkömmt: (es ist aber freylich weder Tugend noch Verdienst an ihm, wenn er nicht mehr sündiget, sondern eine Unempfindlichkeit in gewissen Nerven und Fibern seines Körpers, bey welcher der Reiz von den ehemaligen wohllüstigen Gegenständen, der Seele nicht mehr mit der nämlichen Kraft und Lebhaftigkeit kann beygebracht werden) aber das Laster des Geizes wächst mit dem Abnehmen des Körpers immerdar fort, und behält seine Stärke in den schmerzhaftesten und gefährlichsten Krankheiten des Körpers, ja — im Tode selbst — weil der Geiz seinen Sitz größtentheils in der Seele hat.

Der Ehrgeizige sowohl als der Habsüchtige stehen mit dem wahren Geizigen in einer so genauen Verwandtschaft, daß wir sie mit allem Recht in die gleiche Klasse setzen können. Sie

un-

unterscheiden sich von diesem nur darinn, daß sie neben ihrer unersättlichen Begierde nach Ehre, Ansehen und Gut, bisweilen noch einige gute Handlungen zu thun fähig sind, insofern sie dabey nichts hindert, ihre Wünsche zu erfüllen. Der Ehrgeizige kann also neben seinem Laster gutthätig gegen Arme, und sehr mitleidig gegen Bedrängte seyn, er kann auch ohne Ruhm dadurch in der Welt zu suchen, viele andere Tugenden mehr in seinem Leben ausüben. Aber sobald sich der Gedanke von der Ehre in seiner Seele reget, biethet er wie der Geizige alle seine Kräfte auf, um zum Besitze derselben, die oft mehr zu seiner Schande gereichet, zu gelangen; sie ist der Gegenstand aller seiner Wünsche, wie das Geld beym Geizigen, und verleitet ihn oft zu eben so schändlichen Thaten. Kaum ist er im Besitze der so sehr verlangten Ehre, so führet ihn diese zum Verlangen einer andern und höhern hin, und vergrößert das Feuer seiner Begierden hierinnen so stark, daß er es nicht mehr auslöschen kann.

Aus dem Laster des Ehrgeizes entstehet übrigens im Herzen des Menschen, der damit stark behaftet ist, allemal Feindseligkeit, Haß, Verläumdung und Rachgier gegen alle diejenige, welche ihm eine Hinderniß sind, seine gesuchte Ehre oder Ruhm in der Welt zu erlangen, es sey nun im Kleinen oder Großen. Er sieht sie deswegen auch als seine größten Feinde an, und glaubt berechtiget zu seyn, ihnen bey allen Gelegen-

heiten, wo er kann, zu schaden, und sie zu unterdrücken.

Die Habsucht ist eine unersättliche Begierde, alles dasjenige in der Welt zu besitzen, was den Augen angenehm und reizend vorkömmt. Es ist ein Laster, welches mit dem Geize aus der gleichen Quelle entspringt, und mit ihm insgemein sehr genau verbunden ist, denn wir werden selten einen habsüchtigen Menschen sehen, der freygebig ist, oder mit seinem Gut und Reichthum andere sucht glücklich zu machen, und sie zu erfreuen. Nur hierinn unterscheidet er sich vom wahren Geizigen, daß er bisweilen sein Geld weniger als dieser achtet, wenn er sich damit eine Sache verschaffen kann, die ihm stark gefällt; seine Begierde, selbige zu erlangen, wird oft bey ihm so dringend, daß er eben so wie der Geizige durch selbige verleitet wird, ungerechte Wege einzuschlagen, wenn er durch erlaubte nicht zu seinem Zwecke gelangen kann. Ja, dieses Laster, ist wie der Geiz und Ehrgeiz, eine reiche Quelle von vielen andern, und verhindert den Menschen das Gute in der Welt zu thun, das er sonst mit allen Freuden thun würde, weil es ihn für nichts anders, als was seine sinnlichen Vergnügungen angeht, frey denken läßt. Den gemeinen Mann verleitet es oft zur Betrügerey und den Diebstahl; den Reichen zur Betrügerey und Verschwendung; den Mächtigen zu falschen Versprechungen und Bedrohungen; und den Fürsten zur Tyranney gegen seine Unterthanen.

Die

Die unendliche Sorge, die in der Seele des Geizigen und Ehrgeizigen bey ihren heftigen Wünschen ihre Güter in diesem Leben täglich vermehren zu können, entstehet, ist eben dasjenige, was ihnen zuletzt ihr größtes Unglück verursacht. Für eine sehr kurze Freude, die sie bisweilen erlangen, entstehen hingegen tausend nagende Sorgen, Kummer und Verdruß in ihrer Seele, durch welches endlich auch die Gesundheit des Körpers zerstöret werden muß. Was für einen außerordentlichen Verdruß ist es nicht für einen Geizigen, wenn er bisweilen zufälligerweise etwas von seinem Gelde verlieret, oder bey seinem starken Verlangen nach einer gewissen Ehrenstelle ihm eine andere Person vorgezogen wird; er ist so groß und wirket mit solcher Gewalt auf gewisse Theile seines Körpers, daß er davon plötzlich in eine tödtliche Krankheit verfallen kann.

Denn ein jeder heftiger Verdruß wirket wie der Zorn mit solcher Gewalt auf die zusammenziehenden Fibern der Gallenblase, daß die darinn eingeschlossene Galle auf einmal allzu häufig durch den Gallengang, der sich in den Zwölffingerdarm eröffnet, ausgestoßen wird. Geht sie alsdann von da in das Blut hinüber, so erzeuget sie bald Gallenfieber, bald Gelbsuchten, und vermöge ihrer entzündlichen Schärfe Gliederschmerzen und Gichter, wenn sie durch die kleinen Gefäße nicht fortkommen kann: kömmt sie hinauf in den Magen, so entsteht davon starkes Erbre-

chen, Uebelkeiten und Ohnmachten, oder auch die allerschmerzhaftesten Magenkrämpfe, weil sie dessen Fibern allzu empfindlich reizet: setzt sie sich in den Zwölffingerdarm allzu stark an, so entsteht davon ein so heftiges Erbrechen und Purgiren mit den allerstärksten Schmerzen begleitet, daß endlich Zuckungen in den Gliedern davon entstehen, und bey einigen entzündliche Gallenfieber darauf erfolgen.

Ein plötzlicher Zorn, wenn er sehr heftig ist, wirket zugleich mit eben so vieler Macht auf die Fibern des Herzens, wie der Schrecken; auf einmal dringet eine große Menge von Lebensgeistern in selbige, daß sie sich davon augenblicklich mit der größten Gewalt zusammen ziehen, und das Blut mit doppelter Geschwindigkeit in alle Theile des Körpers treiben, insonderheit aber in die Gefäße des Gehirns; daher entstehen bey den Ehrgeizigen die vielen Schlagflüsse, weil sie theils mit ihren allzu lebhaften Nachdenken über die Erlangung gewisser Ehren, theils auch durch den öftern Zorn und Schrecken, mit denen sie befallen werden, das Blut allzu häufig und mit solcher Heftigkeit in das Gehirn treiben, daß zuletzt dadurch einige Gefäße darinn zerspringen müssen.

Allen diesen höchst gefährlichen Zufällen ist der Geizige, Ehrgeizige und Habsüchtige täglich ausgesetzt, und sie leben alle in einer beständigen

gen Sorge, die sie oft Tag und Nacht foltert. In der Hoffnung, ihr Vermögen vermehren, oder ihr Ansehen und Ehre vergrößern zu können, setzen sie ihre ganze Gesundheit auf das Spiel, und zwingen ihren Körper dem Hunger, dem Schlaf, und so vielen angenehmen und erlaubten Vergnügungen, die hingegen zu dessen Erhaltung dienten, mit Gewalt zu widerstehen.

Der Zornige hat mit dem Ehrgeizigen sehr vieles gemein, daher sind auch die Bestrafungen, die er sich mit seinem Laster zuziehet, beynahe die nämlichen.

Auch die bloße Unruhe in der Seele eines Menschen, wenn sie schon mit keiner sehr verdrüßlichen Sorge, Zorn, Schrecken oder Traurigkeit verknüpfet ist, ist schon vermögend, alle seine Säfte in Unordnung zu bringen, sie zu verderben, die Fibern zu schwächen, und hierdurch sein Leben merklich zu verkürzen, wenn sie lange anhält. Die Erfahrung lehret es, daß sie den Körper an Lebensgeistern eben so stark erschöpfet, als die allzu starken und übertriebenen Bewegungen des Körpers. Daher kömmt es auch, daß ein solcher Mensch nach und nach alle Lust zum Essen verliert, seine mit Zwang eingenommenen Speisen sehr unvollkommen verdaut, und von öfterm Erbrechen, Bauchgrimmen und Blähungen geplagt wird, weil sein Magen und Gedärme das Verdaute aus Mangel nöthiger

Kräften nicht geschwinde genug abtreiben können. Der Schlaf, bey welchen sich die entkräfteten Fibern wieder zusammen ziehen, und ihre vorige Stärke erlangen sollten, wird allzusehr vermindert, und das Blut durch seinen allzu schnellen Lauf in eine solche Erhitzung gebracht, bey der das Flüssigere endlich größtentheils daraus abgesondert wird, so daß es sich endlich so stark verdicket, daß es zuletzt durch die äußersten Aeste der Schlagadern nicht weiter fortgetrieben werden kann, und also in selbigen Entzündungen erzeuget.

Dritte Abhandlung.

Von den allgemeinen Uebeln, welchen die Menschen in Beziehung auf den Dunstkreis ausgesetzt sind.

Betrachtet man die verschiedenen übel riechenden und stinkenden Ausdünstungen, welche in großen Städten unvermeidlich sind, und bey zunehmender Hitze des Sommers noch um einen sehr merklichen Grad verschlimmert werden, so hat man hinlängliche Ursache zu bewundern, daß nicht öfters ansteckende Krankheiten darinn entstehen, da wir die Luft, das zur Erhaltung des Lebens und der Gesundheit unentbehrlichste Wesen, mit diesen so schädlichen Ausdünstungen geschwängert ohne Unterlaß einhauchen müssen. Indessen sehen doch alle verständige Aerzte nur allzu wohl ein, daß diese Luft allen Menschen, dem einen mehr, dem andern aber weniger schädlich ist. Freylich trägt die Gewohnheit, beständig von Jugend auf in einem solchen Dunstbade zu schweben, viel dazu bey, daß wir dieses nicht sobald merken und ahnden; hauptsächlich jene Personen, welche eine gesunde und dauerhafte Beschaffenheit des Körpers haben; allein wie viele beseufzen nicht täglich ihr

mühseliges Leben, klagen ihrem Arzt bey jedem Besuche neue Schmerzen, Beängstigung, Mattigkeit, und hunderterley dergleichen Zustände als eine verworrene Kette von Elend und Jammer, da sie sich doch beym Genusse einer frischen Landluft von ihren Uebeln, wo nicht größtentheils befreyt, doch wenigstens erleichtert finden. Dieses bedarf, glaube ich, keiner weitern Probe; da wir täglich in den schwersten langwierigen Krankheiten die vortreffliche Wirkung der frischen veränderten Landluft erfahren.

Die Natur hat den Fischen das Wasser, uns aber die Luft zu dem Elemente gegeben, worinn wir leben sollen. Und nichtsdestoweniger hüten wir unsere Kinder, die doch dazu gebohren werden, um sich in der Luft aufzuhalten, so lange als möglich ist, vor der Berührung derselben, und wir halten es vor eine Gewissenssache, sie an einem schönen Tage aus dem stinkenden Zimmer heraus in die freye Luft zu tragen, damit sie ja nicht zu früh eine bessere Luft schöpfen, als die mit dem Qualm der Ausdünstungen einer porösen Kindswärterinn, mit dem Geruche der Windeln, der Speisen und faulender Dünste angefüllt ist. Ja, damit von allen diesen köstlichen Gerüchen nichts verlohren geht, so verkleben wir die Fenster, und verhängen mit dicken Tüchern die Thüren der Kinderstuben. Wir erhitzen sie bis zum Ersticken. Wir feuchten sie mit den Dünsten des kochenden Kaffee- oder Theewassers an, und wir bedecken

cken noch überdem die Wiegen mit Tüchern, damit die Kinder keine andere Luft schöpfen können, als die wenigstens mit ihren eigenen Dünsten angefüllt ist.

Und wir Erwachsene selbst legen das Vorurtheil unserer Kindswärterinnen und Aeltern wider die freye Luft so wenig ab, daß wir vielmehr den Grund unsrer meisten Krankheiten darinn suchen. Sobald wir uns nicht wohl befinden, so muß ein böser Nebel, oder ein Wind, ein Regen, ein Gewitter Schuld daran seyn. Der Fluß oder Zug der Luft, welcher das bequemste Mittel ist, sie zu reinigen, ist bey uns eine allgemeine Ursache der Krankheiten. Es giebt Damen und vornehme Zärtlinge, die Monat lang nicht aus ihren Häusern kommen, und die man mit einem Nebel, oder rauhen Luft, wie die Kinder mit den Gespenstern, furchtsam machen kann; und wenn sie sich endlich durch diese schädliche Klugheit von der verdorbenen Luft böse Krankheiten zugezogen haben, so verschließen sie sich vollends in eine noch viel ärgere Luft, vernageln ihre Fenster, und wünschen, daß ihre Bedienten Geister wären, die durch verschlossene Thüren zu ihnen kommen könnten, damit sie nicht nöthig hätten, ein wenig Erquickung durch die Eröffnung derselben zu dulden.

So seltsam sind die Menschen, wenn sie der Natur zu klug werden. Ich rede hier mit dem gesittesten und vornehmsten Theile von Einwohnern,

nern, mit denjenigen, die mehr auf die Reinlichkeit halten, als die Holländer, und die doch mit ihrer Familie in einem Sumpfe von Luft leben, wie die Karpfen in einem sumpfichten Teiche. Ihre aufgeputzten Zimmer sind eine Art von Cloaken, worinn sich alle Unreinigkeiten versammeln, die nur von ungesunden Menschen, von übel vermischten Speisen und andern stark dünstenden Sachen ausgehen können, die wohlriechenden Dinge mitgerechnet. Dieß war nicht die Absicht der Natur, als sie den Erdboden, den Thiere und Menschen bewohnen sollten, mit einem Dunstkreise umhüllte. Unsre Damen mögen sich noch so zärtlich anstellen, so sind sie doch in Vergleichung gegen eine junge Nachtigall pure Grenadiers, und gleichwohl können diese zarten Thierchen alles Ungemach der Witterung, ohne Polonoisen und ohne Fuchspelze ertragen. Dahingegen bestraft die Natur unsre sorgfältige Thorheit mit giftigen Krankheiten, wovon die übrigen Thiere nichts wissen.

Avicenna und noch andere alte Aerzte haben schon gelehret, daß man die Luft mit Windfächern reinigen müsse, wenn man in eingeschlossenen Orten ohne Gefahr leben will. Man hat dieses in unsern Zeiten rege gemacht, und die Engländer und Franzosen haben sich viele Mühe gegeben, die Menschen von der großen Gefahr zu erretten, in die sie der Genuß einer mit faulenden Dünsten angefüllten Luft setzet. Der D. Stephan Hales in London, ein Mann, der sich

um

um die Wohlfahrt der Menschen in vielen Absichten unsterblich verdient gemacht hatte, sahe das Unglück, welches unter den Menschen dadurch gestiftet wurde, mit solcher Ueberzeugung ein, daß er auf ein Mittel bedacht war, ihm vorzubeugen. Die Oerter, wo sich die Wirkungen der unreinen Luft am meisten äußerten, waren die Gefängnisse und die Schiffe. Beyden schlug er eine Maschine vor, die eine Art von einem großen künstlichen Blasebalg (Ventilator) war, welche durch gewisse Röhren mit den Zimmern der Gefängnißhäuser und mit den Boden der Schiffe Gemeinschaft hatte, durch welche sie die faule Luft aus diesen Orten herauszog, indem sie eine künstliche Zugluft verursachte. Sind nun die Wirkungen dieser halesischen Maschine für die Gesundheit so wichtig, so sollten wir ja billig das schädliche Vorurtheil wider die freye Luft ablegen, und uns so viel als möglich, der Sonne entgegen wagen, vor der wir uns gemeiniglich, wie der Vogel der Minerva, verkriechen. Was unsre Züchtlinge, was unsere Gefangene sind, die in der verdorbenen Luft ihre Gesundheit verwahrlosen müssen, das sind die meisten reichen und üppigen Leute aus Vorsicht. Blaßgelb, aufgedunsen, zärtlich, weibisch, übelriechend, krüpplicht, niedergeschlagen, von giftigen Säften durchschwemmt, zu Seuchen augenblicklich geneigt, sobald eine Gelegenheit den Ausbruch veranlaßt, stets elend, stets ohne Appetit, ohne Muth, ohne Genuß, ohne Gesundheit, und — was ist dieß mehr? — ohne Leben. Dieses alles

les sind wir durch unsere Kunst, durch den Fleiß, womit wir uns bemühen, der Gesundheit zu entfliehen, durch das Vorurtheil unsrer Erziehung, und durch die Wohllust unsrer Bequemlichkeit.

Der Aufenthalt in freyer Luft beuget nicht allein dem Verderben unsrer Säfte vor, welches eine faule Luft, die müßige Bequemlichkeit und die wohllüstige Ruhe, zumal bey zunehmender Hitze nur allzusehr befördern, und wodurch der Sommer mit Recht den Namen des Vaters würgender Seuchen verdient; sondern es härtet sich auch unser Körper unter freyem Himmel, und trotzt besser den Gefahren. Man speiset mit mehr Appetit, und verdauet leichter und kräftiger. Man wird mehr ermüdet, und schläft sanfter. Das Gemüth wird mannichfaltiger belustiget, und die Glieder werden leichter, und zu den heilsamen Uebungen geschickter, wozu uns das Landleben einladet.

Ich brauche alle diese Vortheile, welche uns der Aufenthalt in freyer Luft gewähret, nicht erst zu beweisen; denn wir dürfen nur die Erfahrung zu Rathe ziehen, um davon auf das vollkommenste überzeugt zu werden. Wie die reine Luft der Fäulniß der Säfte widerstehe, das zeigen nicht nur die obangeführten Wirkungen der Ventilators, sondern es haben sogar die Aerzte bemerkt, daß die Patienten, welche wirklich an faulenden Fiebern krank liegen, von der frischen Luft ihre Genesung sicherer hoffen können,

als von allen Arzneyen, bey deren Gebrauch sie mangelt. Ja, Pringle hat sogar beobachtet, daß in den Feldlazerethen dergleichen Kranke am glücklichsten durchgekommen sind, wenn sie in Kirchen oder auf Böden unter dem Dache, wo weder Ziegel noch Fenster dicht genug gewesen, um die äußere Luft abhalten zu können, gelegen haben.

Wie ferner der Aufenthalt in freyer Luft unsern Körper härte und stärke, das lehret uns der Landmann, der Gärtner, der Soldat, der Hirt, der Reisende, der Schiffer, der Zigeuner, der Wilde u. s. w. Kurz, man findet nirgends stärkere, dauerhaftere und gesundere Leute, als in den verfallenen Hütten, wo man nicht nöthig hat, erst vor die Thür zu gehen, um zu wissen, was draußen für Wetter ist. Diese eisernen Leute, die wie ein Rhinoceros essen, und wie Straußen verdauen, die auf der Erde, oder in Hangematten sanfter, als wie Stadtleute auf Eyderdunen schlafen, und die zu aller Zeit geschickt sind, mit ihrem Vieh um die Wette zu arbeiten, diese Leute, sage ich, sind die Muster, nach welchen wir uns bilden sollten.

Nimmermehr würden wir uns so sehr vor einem kalten Nordwind fürchten, wenn wir nicht größtentheils verzärtelte Weichlinge wären. Woher kömmt es, daß ein Frauenzimmer mit blosser Brust gehen kann, ohne den Seitenstich zu befürchten, den eine Mannsperson, welcher ihr nachahmen wollte, gewiß davon erhalten würde,

de, und den auch der stärkste Arbeitsmann nicht vermeiden könnte? — Warum sind nur auf dieser Stelle die Frauenzimmer so unempfindlich? — Blos die Gewohnheit nnd Erziehung bestimmt diesen Unterschied, und eben so bestimmt sie die übrigen. Je zärtlicher man sich gewöhnt, desto unmöglicher macht man es sich, lang gesund zu leben; und wer hierinn seiner Verwöhnung nachgiebt, der sondert sich freywillig von der Welt ab, und scheidet aus dem Umgang der Menschen, und hört auf zu leben, ob er gleich noch einige Jahre existiren kann.

Im abgewichenen Winter kam vor einem gewissen Dorf ein zugemachter Wagen vorbey, worinn ein Graf mit seiner Gemahlinn saß, welche zwey artige Kinder im Pelze gehüllt bey sich hatten, die aber eben so, wie ihre gnädige Aeltern selbst, mager und blaßgelb aussahen. Als die Kutsche dahin kam, wo eine Menge Bauernkinder halb nackend im Schnee wadeten, und doch so gesund und munter aussahen, wie ihre Väter, die vor dem Dorfe standen und ihren muthwilligen Spielen zuschaueten, ließ der Graf die Kutsche still halten, und hielt mit dem Bauern folgendes Gespräch:

Graf. Sind das eure Kinder, die dort spielen?

Bauer. Ja Herr, sie machen sich da ein wenig lustig.

Graf. Ihr Unmenschen, liegt euch an euern Kindern nicht mehr, als daß ihr sie so muthwil-

willig um ihr Leben und um ihre Gesundheit bringt? Ist es wohl Wunder, wenn sie Schnuppen, Husten und Flußfieber bekommen?

Bauer. O, unsere Kinder sind Gottlob immer gesund, und können alles ausstehen; aber die beyden da im Wagen sollen wohl den Guckguck nicht oft mehr rufen hören.

Graf. Ja, daraus sehet ihr eben, was die gute Pflege thut. Denn hätten sie die nicht, so würden sie längst gestorben seyn.

Bauer. Die Arbeit taugt nicht. Unsre Kinder brauchen keine Pflege, weil sie von uns herstammen, die wir auch ohne Pflege groß geworden sind. Allein, diese da sind viel zu schwächlich, als daß sie leben könnten, und ihr Vater und Mutter würden gewiß das nicht ausstehen können, was unsre Kinder aushalten.

Graf. Wodurch seyd ihr denn so stark geworden?

Bauer. Das geht vom Vater auf den Sohn fort. Unsere Kinder müssen gleich in der Jugend alles ertragen lernen.

Graf. So werden euch aber wohl zwey Drittheil davon sterben, ehe ihr einen Drittheil groß ziehen könnet? Und wer dann aufkommt, der wird freylich stark.

Bauer. Gesetzt auch, daß dieses wäre; so müßte es geschehen, damit das Land starke Leute erhielte, die ihm das Feld bauen und es beschützen könnten. Allein, es ist so nicht.

 Denn

Denn es sterben uns weniger Kinder, als den Stadtleuten, weil sie die Stärke ihrer Aeltern schon mit auf die Welt bringen.

Graf. Hör, Bauer, du magst Recht haben; aber ich habe auch Recht, daß wir nicht alle Bauern seyn können.

Bauer. Der Herr hat doch nicht Recht. Denn seine Kinder können Bauern und Herren werden, wenn sie hart erzogen würden, wie unsere. Allein sie taugen weder zu Bauern, noch zu Herren, weil sie nur leben, um mit dem Tode zu ringen.

Graf. Bauer, schweig, du bist nicht klug. Kutscher fahrt zu.

Meine Leser werden vielleicht ganz anderer Meynung seyn, als dieser Graf, denn mir scheint selbst dieser Kerl für einen Bauern zu klug. Allein man muß doch so viel bekennen, daß es eine schon erkannte Wahrheit sey, daß zuweilen die Bauern und Knechte klüger seyn können, als ihre Herren.

Aus dieser Geschichte, wie auch aus allem was ich vorher gemeldet habe, erhellet sonnenklar, daß für die Dauer und Gesundheit der Kinder nothwendig sey, sie gleich von der Geburt an, an ihr Element, die freye Luft zu gewöhnen, und daß diejenigen sie verwahrlosen und verderben, die sie in der ersten Lebenszeit davon ausschließen, um sie zu schwächen und zu allen Geschäften des Lebens untüchtig zu machen. Die Kinder der Wilden, die am allerrauhesten erzogen

gen werden, sind am dauerhaftesten und schäkern in allen vier Elementen. Unsere arme Junkers und Fräuleins hingegen sterben von der mindesten Zugluft, und wachsen schwach im Gestank, wie Winterspargel. Die Kindheit ist die Zeit, da wir an das gewöhnt werden müssen, was wir im Alter sollen ertragen können. Bey erwachsenen Personen hält es freylich schwer, sich an eine härtere Lebensart zu gewöhnen, als worinn man erzogen worden ist. Wenn wollen doch die Aeltern anfangen, wahre Freunde ihrer Kinder zu werden, und sie durch eine anständige Erziehung zur Führung des Lebens vermögend zu machen, daß sie ihnen, wenn sie selbe dazu untüchtig machen, nur zur Last und Strafe gegeben haben! Da ich aber inzwischen wohl weiß, was das heiße, allgemeine Nationalvorurtheile und hergebrachte Gewohnheiten zu bestreiten, so kann ich mir es freylich nur im Traum einfallen lassen, hierinn einige Aenderung vorzuschlagen Denn:

Gewohnheit macht den Fehler schön,
Den wir von Jugend auf gesehn.
Vergebens wirds ein Kluger wagen,
Und daß wir thöricht sind, uns sagen.
Wir selber halten ihn dafür,
Blos weil er klüger ist, als — wir.

Ohne mich nun länger bey den Vortheilen aufzuhalten, deren sich der Landmann in Betreff der frischen Luft vor dem Einwohner einer grossen Stadt zu erfreuen hat; will ich nunmehr

die Quellen der bösen Ausdünstungen, welche die Luft verunreinigen, ein wenig auseinander setzen. Ich überlasse es übrigens der erlauchten Einsicht einer jeden Obrigkeit, in wie weit diesen Uebeln abzuhelfen sey.

Es bleibt freylich eine ausgemachte Sache, daß die Luft an einem Orte, wo der Zusammenfluß der Menschen ungemein groß ist, vermög der verschiedenen Ausdünstungen der Körper unmöglich rein, und zur Erhaltung einer dauerhaften Gesundheit dienlich seyn kann; und in Betracht dessen glaube ich, verdienet es alle nur mögliche Aufmerksamkeit der Vorgesetzten, wenigstens alle und jede Nebensachen bestmöglichst aus dem Wege zu räumen, welche die Luft verunreinigen können.

Erste Abtheilung.

Von der Begräbniß der Todten.

Die vornehmste Aufmerksamkeit verdienen allerdings unsere Kirchen und Kirchhöfe. Da dieß kein wesentlicher Theil der Glaubenslehre ist, und schon viele einsichtsvolle Kirchenvorsteher selbst die Gefahren erkennt haben, welchen Gefahren Leute von zärtlichem Gefühle, durch den Todtendunst ausgesetzt werden; so begreife ich nicht, wie noch heut zu Tag in den meisten Städten, eine dem empfindsamen Theile der Menschen so schädliche Gewohnheit bis jetzo hat bestehen können,

Nicht

Nicht die mindeste Ursache kann ich ergründen, warum ein vernünftiger von allem Vorurtheil befreyter Mensch dem todten Körper eines Reichen oder Vornehmen mehr Ehre und Hochachtung erweisen soll, als jenem eines Armen. Mit dem Tode hören ja alle auch die größten und wichtigsten Vorzüge auf: die Tugenden der Seele werden ja nur gelobt und bewundert, die körperliche Maschine, glaube ich, ist ja in gleichem Werthe von uns allen. — Und doch muß der todte Körper des Reichen und Vornehmen in die Kirche, und des Armen seine an einen auf den Kirchhof entlegene Ort begraben werden. Die Ungereimtheit dieses Verfahrens ist ja schon von so vielen wohlmeynenden gelehrten Schriftstellern dem gemeinen Wesen vor Augen geleget worden, daß man sich billig verwundern muß, daß noch keine Abänderung geschehen ist. Und nichtsdestoweniger herrscht diese Ungereimtheit noch in diesen Zeiten, in Zeiten, wo alles von Wissenschaften aufgebläht, sich weit über die barbarischen Zeiten erhaben zu seyn glaubt. — Gewiß, eine sehr demüthigende Betrachtung.

Wir erfahren leider nur allzu oft, wenn ich auch nichts von der abscheulichen mit Todtendünsten angefüllten Luft, die ein jeder früh Morgens leicht in den Kirchen, wo Grüfte oder Gräber sind, wahrnehmen kann, sagen will, die schädlichen Wirkungen dieser mit so vieler Fäulniß angeschwängerten Luft. Wie oft sieht man nicht mit der fallenden Sucht, mit Krämpfungen,

gen, mit Mutterdämpfen behaftete Personen bey Verrichtung ihrer Andacht in den Kirchen von den bedauernswürdigsten Anfällen ihrer Krankheit geplaget werden? Wie oft kömmt nicht der Anfall des kalten Fiebers, wenn dergleichen Personen auch wirklich einige Wochen lang hergestellet waren, in solchen Kirchen neuerdings zurück? Ja, wie oft geschieht es nicht, daß gesunde starke Personen in solchen Kirchen mit einer Ohnmacht befallen werden? — Zeigt uns alles dieses nicht hinlänglich und sattsam genug, die übeln Folgen unserer schädlichen Vorurtheile? — Das Nämliche bezieht sich auf die Kirchhöfe. Freylich ist dort die Luft nicht so sehr eingesperret, und folglich auch nicht so schädlich. Indessen hat man doch schon öfters Personen mit Anfällen ihrer Krankheiten bey Leichenpredigten auf den Kirchhöfen behaftet gesehen, welches man freylich den Ausdünstungen des zur Erde zu bestattenden Körpers oder des geöffneten Grabes zuschreiben kann; allein wie oft merkt man nicht im Vorbeygehen die übelriechende Luft auf den Kirchhöfen, wenn auch wirklich keine Grabstätte offen ist, besonders aber nach einem Regen, wodurch die Erde lockriger gemacht wird, mithin auch die faulen Ausdünstungen durch den aufsteigenden Wasserdunst leichter mit der Luft vermischet werden.

Wie sehr wäre es also zu wünschen, daß zum wenigsten eine Viertelstunde weit von den äußersten Wohnungen der Städte ein Kirchhof errichtet, und durch ein eigenes Gesetz bey

der schwersten Ahndung gegen den Uebertreter verboten würde, alle und jede Todten ohne Unterschied der Personen zwölf Stunden nach dem Absterben in die Todtenkammer allda zu überbringen, und wenn der Körper noch vier und zwanzig Stunden ist aufbehalten worden, alsdann gleich ohne ferneres Gepränge zu beerdigen. Diese ist demnach die erste schädliche Unreinigkeit, welche ein und andere Einwohner großer Städte von einem widersinnigen Vorurtheile verführt, täglich einathmen müssen.

Zwote Abtheilung.

Von den Mistgruben.

Die sogenannte Senk- und Mistgruben, auch so viele Oerter in den Städten und Vorstädten, wo ganze Haufen Unflat zusammen geschüttet werden, sind ein Gegenstand, welcher auch billig angemerkt zu werden verdient.

Dieser Umstand wird hoffentlich keine fernere Ueberzeugung brauchen, weil in den Städten sowohl als in den Vorstädten viele Häuser anzutreffen sind, in welchen hauptsächlich bey Veränderung des Wetters der Gestank unleidentlich ist, und wo ein solcher Gestank vorhanden, wird ja hoffentlich kein vernünftiger Mensch die Luft für rein und gesund erkennen.

Ob nun übrigens die unreine Luft in Betracht dieses Gegenstandes könne verbessert werden; ob von den Häusern, in welchen die Senkgruben vorhanden sind, keine besondern Kanäle

in den Hauptrinnkanal der Stadt können geführet werden; ob die Mistgruben nicht täglich vor Tags können ausgeleeret werden, damit durch den langen Aufenthalt der Unreinigkeit in den Gruben der Gestank nicht um ein merkliches vermehret wird; überlasse ich der vernünftigen Einsicht einer jeden hohen Obrigkeit.

Dritte Abtheilung.

Von denjenigen Plätzen, wo gemeiniglich ein und andere Viktualien verkaufet werden.

In ein und andern großen Städten sind mehrere sogenannte Fleischbänke mitten in und vor der Stadt auf Plätzen angebracht, wo sehr viel Volk täglich vorbey gehen muß. Ein jeder aber, welcher bey diesen Fleischbänken vorbey geht, wird leicht überzeugt werden von dem übeln Gestanke, den dieselben verursachen; am meisten aber im Sommer, wo die Hitze macht, daß die Luft mit solchen stinkenden Ausdünstungen angefüllet wird. Was für zerschiedene Uebel aber können nicht besonders bey eckelhaften Personen aus einer so faulen stinkenden Luft entstehen?

Um nun den Uebeln vorzubeugen, welche diese stinkende Ausdünstungen, besonders bey schwangern Frauen verursachen, ist in vielen grossen Städten, so wie bey uns in Augsburg an einem bestimmten Ort eine Fleischhalle gebauet, in welcher alle und jede Metzger ihr Fleisch verkaufen müssen. Diese Fleischhallen aber sind

groß, hoch, weit und lüftig gebauet, sie werden sehr sauber und reinlich gehalten, folglich kann die Luft nicht so sehr verunreiniget werden; und geschieht dieses auch, so ereignet es sich doch nur an einem abgesonderten Orte, wo nicht alle Personen ohne Unterschied vorbey zu gehen gezwungen sind. Ich glaube, daß dieses auch in andern Städten anzuwenden wäre.

Zu diesem Fache rechne ich auch noch die Käs- und Schmalzhütten, und den Hühnermarkt, welche allemal vor der Stadt einen bequemlichern Platz hätten, und die benachbarte Einwohner dieser Gegend nicht in die Nothwendigkeit versetzten, diesem Gestanke unaufhörlich ausgesetzt zu seyn, und die bösen Folgen davon zu erwarten.

Vierte Abtheilung.

Von dem auf freyer Straße geschehenden Vergolden und dergleichen Arbeiten.

Sind etwa das auf freyer Straße vorgenommene Vergolden, Versilbern, Verzinnen keine Gegenstände, welche einer Aufmerksamkeit würdig sind? — Zum Vergolden und Versilbern ist das Quecksilber nothwendig; wenn das Gold oder Silber mit diesem zu einer weichen Masse bereits auf ein anderes Metall aufgetragen ist, so kömmt es ins Feuer, wo sodann das Quecksilber verraucht und mit der Luft vermischt wird. Freylich wird es in der Luft stark zertheilet, allein ein Windstoß kann doch so viel

von diesen schädlichen ätzenden Theilgen mit derjenigen Luft vermischen, welche von einem eben vorbey gehenden Menschen eingeathmet wird, daß dieselben hauptsächlich bey annoch nüchternen Personen eine üble und sehr schädliche Wirkung herorbringen können.

Bey dem Verzinnen braucht man Harz oder Pech, welches den dicksten Dampf in der Gegend verursachet, wo eine solche Arbeit vorgenommen wird. Wie viele vorbeygehende Menschen klagen aber nicht über das schwere Athmen, Dampf, Schwindel und verschiedene andere Zufälle, so lang die Luft mit dergleichen Dünsten angefüllet ist? Und es wäre wirklich zu wünschen, daß diese Zufälle bey solchen Personen nicht länger, als die Unreinigkeit der Luft, anhielten.

Dergleichen üble Zufälle können beyläufig entscheiden, ob es so schlechterdings zu erlauben sey, auf öffentlichen volkreichen Gassen solche Arbeit vorzunehmen.

Fünfte Abtheilung.

Von andern Handarbeiten, welche die Luft verunreinigen.

Es giebt noch mehrere Handarbeiten, womit ein großer Gestank unumgänglich verknüpfet ist, und folglich die Luft verunreinigen muß.

Zum Beyspiel: Die veschiedenen Zubereitungen der Knochen, des Lekers, das Seiffensieden, das Kerzengießen, die ogenannten Kuttelhäu-

häuser, und dergleichen. Allein die unumgängliche Nothwendigkeit aller dieser Sachen in der menschlichen Gesellschaft läßt freylich kein anderes Mittel übrig, diesen Beschwernissen auszuweichen, als eine Absonderung solcher Werkstätte an entlegene Oerter, und denn werden annoch den mit solcher Arbeit beschäftigten Personen üble Folgen genug zur Last bleiben.

Die Beschwernisse einer solchen Unternehmung sehe ich nur gar zu wohl ein, als daß eine solche Absonderung ohne eine große Kostenversplitterung geschehen könnte, und dieses wird sich in Augsburg, so wie in andern großen Städten, wo dergleichen Werkstätte schier auf allen Gründen eingerichtet und aufgebauet sind, schwerlich oder gar nicht abändern lassen; indessen bleibt es doch allemal ein für die Gesundheit seiner Mitbürger eifernder wohlmeynender Wunsch des Arztes.

Diese fünf Abtheilungen betreffen die übeln Dünste, womit der Dunstkreis in großen Städten um ein merkliches verunreiniget wird. Nun will ich noch in zwey Abtheilungen diejenigen Gegenstände abhandeln, welche abzuändern nicht von unserer Willkühr abhangen, und folglich unvermeidlich sind.

Sechste Abtheilung.

Von dem Staube.

Unter die in der Luft schwebende Sachen rechne ich auch den Staub, welcher sich mit der einzuathmenden Luft vermenget. Dieser nimmt

seinen Ursprung von den Kiesel- und andern kleinen Steinen, womit die Straßen ausgebessert werden; das beständige Fahren zermahlet diese Steine zum feinsten Staube, und wenn man ihn durch ein Vergrößerungsglas untersucht, so stellt ein jedes Stäubchen einen mit verschiedenen Ecken und Spitzen geformten Stein vor, woraus leicht abzunehmen ist, daß derselbe die zarte und empfindliche Haut einiger Theile unseres Körpers pricklen oder reizen kann. Wer empfindet nicht diese kleine Stäublein beym staubigen Wetter zwischen den Zähnen? — Wie viele geben nicht durch ein starkes Husten zu erkennen, daß die Luftröhre und Lunge von diesem Staube gereizet werden? — Wie viele klagen nicht ein Brennen und einen Schmerz in den Augen, worauf diese ziemlich entzündet werden? — Könnte man nicht mit Recht urtheilen, daß die Lungensucht und Entzündung der Augen, von diesem Staube wenigstens bey einigen Personen entstehen? Es ist ja ganz natürlich, daß, wenn die Ursache des Reizes nicht aufhört, die Wirkung desselben auch nicht aufhört: wenn nun solche Stäubchen sich in der Luftröhre der Lunge anlegen, so können diese ja natürlich einen Reiz verursachen, weswegen die Natur unsers Körpers das Husten erwecket, um sich davon zu befreyen; wenn nun die Theile von diesen Stäubchen nicht befreyet werden, so muß nothwendig das anhaltende Husten die Lunge nach und nach entweder schwächen, und die Verkochung des Geblütes für den ganzen Körper verhindern,

wor-

woraus der Abgang der Nahrung oder die Dörrsucht entsteht; oder dieser beständige Reiz verursacht verschiedene kleine Entzündungen in der Lunge, woraus so viele kleine Geschwüre entstehen können, welche mit der Zeit größer werden, endlich einen Eitersack ausmachen, und also entweder durch den Uebergang dieses Eiters ins Geblüt dasselbe auflösen und verderben, oder durch ein gähes Zerreißen dieses Eitersacks den Tod befördern.

Siebente Abtheilung.

Von den gähen Abwechslungen der Luft.

Soll die Luft in Absicht auf unsere Gesundheit, und das von dieser abhangende Leben glückliche Hülfe leisten, so muß sie rein, und weder zu warm, noch zu kalt, weder zu feucht, noch zu trocken seyn.

Ist sie zu warm, oder zu trocken, so versetzt sie unsere Säfte in Aufwallung und Gährung.

Ist sie zu kalt, so verdickt sie unsere Säfte, und eine feuchte Luft verursacht uns Schnuppen und rheumatische Beschwerden.

Eine reine und gemäßigte Luft aber erleichtert uns das Athemholen, erhält die zur Gesundheit so nöthige Ausdünstung, stärkt, erfrischt und belebt unsern ganzen Körper. Denn so hat der berühmte Hagedorn mit gesungen:

— — — Die reinen Lüfte geben
Der frohen Welt das eigentliche Leben.

Ist

Ist die Luft aber rauh, oder mit gähen Abwechslungen vermischt, so müssen wir eben deswegen behutsamer seyn, um die Ausdünstung unsers Körpers nicht zurück zu treiben; wir müssen nicht nach einer starken und heftigen Bewegung des Körpers, oder bey heißen Sommertagen denselben dem freyen Anfalle der Luft blos stellen, oder gar durch kalte Getränke, oder gefrorne Sachen uns zu geschwind abkühlen; wir können und müssen um unsere Gesundheit zu erhalten, durch eine angemessene Kleidung unsern Körper besser beschützen, damit er nicht von übeln Zufällen befallen wird; wir müssen nicht unsere Gesundheit auf die Spitze setzen, um nach der Mode gekleidet zu gehen, oder einem allenfallsigen Modekrämer oder Krämerinn zu gefallen.

Soll ferner die während dem Sommer und Winter herrschende Luft, ich meyne die Herbstluft, anders für unsern Körper nicht nachtheilig seyn, so müssen wir weder die Sommerkleider zu lang in den rauhen Herbsttagen hinein forttragen, noch aber auch die Wintertracht allzu frühe anlegen. Jedoch verlangt öfters eine schleunige Veränderung der Witterung, auch eben so gut eine Abänderung unserer Tracht.

Die während den Wintermonaten herrschende Luft oder Kälte scheint freylich für uns in einem gewissen Grad unangenehm, und aus verschiedener Rücksicht auch in der That nachtheilig zu seyn. Daher haben wir alsdann auch eine wärmere Tracht eben so nöthig, als andere diätetische

sche Verhaltungen. Denn ohne dieser droht uns die Kälte alsogleich Schnuppen, Husten und Flüsse. Ein schädlicher Irrthum ist es aber, wenn wir schwere Kleider für die wärmsten halten. Sie erzwingen nur einen Schweiß, der sowohl an und für sich selbst, als auch wegen der geringsten kühl anwehenden Luft uns sehr nachtheilig ist. Wollene, zeugene, oder feine Tuchkleider, mit Seide gefüttert, können daher als warme und doch leichte Kleider, die Pelze bey uns ganz entbehrlich machen. Wenn wir dahin sehen, daß wir durch eine solche Kleidertracht eine gleichmäßige Ausdünstung erhalten können, so ist diese gewiß die vortheilhafteste.

Dieses wären also die Hauptgegenstände, welche ich in Betrachtung der Luft anzumerken für nothwendig erachtet habe.

Mit jedem Morgen werden gewiß alle auf das Wohl ihrer Mitbürger bedachte Aerzte, so wie ich, den wohlmeynenden Wunsch erneuern, daß doch alles in diesem Fach mögliche Abzuändernde möge abgeändert werden. Und — sollte ich mit der Zeit noch mehrere Misbräuche und böse Gewohnheiten ausfindig machen, so werde ich nicht ermangeln, davon in einem Nachtrage, oder in einer zweyten Auflage Erwähnung zu thun.

Uebrigens bitte ich meine Leser, das kleine Gedicht, womit ich diese dritte und lezte Abhandlung schließe, annoch wohl zu beherzigen.

Und

und wünsche weiter nichts, als so glücklich zu seyn, einige Folgen meiner unternommenen Arbeit zu beobachten.

Der Freund, der Euch den Spiegel zeiget,
Den kleinsten Fehler nicht verschweiget,
Euch freundlich warn't, Euch ernstlich schilt,
Wenn ihr nicht Eure Pflicht erfüllt:
Das ist ein Freund,
So wenig er es scheint.

Doch der, der Euch stets schmeichelnd preiset,
Euch alles lobt, nie was verweiset,
Zu Fehlern Euch die Hände beut,
Und Euch vergiebt, eh' Ihr bereut:
Das ist ein Feind,
So freundlich er auch scheint.

Blos Wahrheit sey Dein Zweck, nimm sie wo sie zu finden,
Die Hand, die sie Dir reicht, mag unansehnlich seyn.
Ist nur die Blume schön: was liegt an Ort und Gründen?
Die Dornen laß zurück, und sammle Rosen ein.

und wünsche weiter nichts, als so glücklich zu seyn, einige Folgen meiner unternommenen Arbeit zu beobachten.

Der Freund, der Euch den Spiegel zeiget,
Den kleinsten Fehler nicht verschweiget,
Euch freundlich warn't, Euch ernstlich schilt,
Wenn ihr nicht Eure Pflicht erfüllt:
Das ist ein Freund,
So wenig er es scheint.

Doch der, der Euch stets schmeichelnd preiset,
Euch alles lobt, nie was verweiset,
Zu Fehlern Euch die Hände beut,
Und Euch vergiebt, eh' Ihr bereut:
Das ist ein Feind,
So freundlich er auch scheint.

Blos Wahrheit sey Dein Zweck, nimm sie wo sie zu finden,
Die Hand, die sie Dir reicht, mag unansehnlich seyn.
Ist nur die Blume schön: was liegt an Ort und Gründen?
Die Dornen laß zurück, und sammle Rosen ein.

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Essich, Johann Gottfried,

Vernünftige Anweisung zu einem langen und gesunden Leben

Augsburg 1784

Regensburg, Staatliche Bibliothek -- 999/Med.525
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11106422-0
VD18 12202177-003